4°T063./B

XLII.

Bogart af:

Fremkl. afhandl. Riksdl.
Beslutet uf H. Kongl. Maj:ts
nådiga Proposition i Anled:
1817.

Ueber

den Magenkrampf,

dessen

Ursachen und Heilung,

und über

die Erhaltung der Gesundheit des Magens

überhaupt.

Ein

Hausbüchlein

für

Jedermann, der ohne Arzt seyn will oder muß.

Von

D. Friedrich Schlüter.

Zweite, durchgesehene, etwas verbesserte Auflage.

Braunschweig,

in der Schulbuchhandlung

1796.

Digitized by the Internet Archive
in 2017 with funding from
Wellcome Library

WELLCOME
HISTORICAL
MEDICAL
LIBRARY

https://archive.org/details/b28763919

Vorbericht.

Der Magenkrampf ist ein Uebel, woran jetzt vielleicht die Hälfte des menschlichen Geschlechtes, der Eine mehr, der Andere weniger, leidet; zugleich ein Uebel, gegen welches eine ungeheure Menge von Mitteln von Aerzten und Nichtärzten vorgeschlagen, gebraucht, gerühmt, und verworfen werden. Dem Einen hat Dieß, dem Andern Jenes geholfen, und Beides hilft oft dem Dritten nichts. Das Uebel höhnt oft die Gelehrsamkeit und den guten Willen des besten Arztes, und treibt den Kranken, Hülfe

bei Kuhhirten und Scharfrichtern zu suchen. Bisweilen gelingt es, daß der unwissendste Mensch und das widersinnigste Mittel Hülfe schaffen, oder zu schaffen scheinen, welches oft ganz andere Umstände bewirkt haben. Indessen wird das gefährliche Mißtrauen in vernünftige Hülfe dadurch befördert und das Unheil vermehrt, so, daß man nicht abgeneigt ist, zu glauben: der Magenkrampf sey eine Krankheit, die die Aerzte noch nicht zu heilen verstünden. — Gute Aerzte aber, Betrogener, verstehen es wohl, und doch können sie oft nicht helfen! Aerzte sind auch Menschen, und werden durch ihre Verhältnisse oft gezwungen, zu schweigen, wo sie reden mögten. Mündliche, persönliche Erinnerungen und Vermahnungen, wegen Vergehen und Laster, erbittern den Kranken gegen den Arzt. Man gestehet diesem Freunde das Recht nicht zu, gute Lehren zu geben, wenn sie nicht Arzeneien vorschreiben, weil man glaubt, daß er es theils nicht verstehe, theils auch überhaupt alles, auch Unvernunft, durch Apothekerwaaren heilen und bessern müsse.

Ueber-

Ueberzeugt von den, wahrlich, nicht lachenden Folgen, die die **Grundursachen** des Magenkrampfes für die Menschen haben müssen, und in der Absicht, die Leidenden auf diese **Grundursachen** aufmerksam zu machen, ohne daß sie nöthig haben, vor jemand andern zu erröthen, als vor sich selbst, und damit sie nur sich selbst ihre Abweichungen von Natur und Vernunft gestehen dürfen, — vorzüglich aber derer wegen, die aus Mangel eines guten Arztes ihr Geld und ihre Gesundheit bei den Brandschatzungen der schlechten Aerzte und Quacksalber zusetzen und verlieren, habe ich dieß Büchlein geschrieben.

Es war zu wenig, oder konnte überhaupt meine Absicht nicht seyn, bloß Mittel und Rath gegen den Magenkrampf zu geben, ohne überhaupt an die so sehr vergessene Wichtigkeit des Magens in Absicht des ganzen menschlichen Wohlbefindens zu erinnern. Dieß war vielmehr ein Hauptzweck. Ich habe dabei gesucht, die Gränzen, über die der Nichtarzt selten ohne eigene Gefahr tritt, genau zu be-

stimmen. Sollte ein gelehrter Arzt nach seinem besondern Urtheil Mängel in diesem Büchlein finden, so bitte ich der guten Sache wegen, um seine Erinnerungen. Ist es sein Geschäft, sein Urtheil öffentlich zu geben: so erinnere ich ihn an die unerläßliche Pflicht der Bescheidenheit, die von einem ehrlichen Manne nicht getrennt seyn kann.

Der Verfasser.

Vorbericht.

zur zweiten Ausgabe.

Meine Erwartungen sind etwas übertroffen, und mein Wunsch, — durch dieses Büchlein so manchem Unglücklichen zu dienen, — scheint erfüllt zu werden. Selbstsucht würde mich darüber froh seyn lassen; aber ich fühle und weiß es wohl, daß nicht mein Verdienst den raschen Beifall des Publikums mir erworben hat. Ich will diesen Beifall vergessen, und mich des Gedankens freuen: Gutes gethan zu haben.

Ich habe mir gleich anfänglich Mühe gegeben, das Büchlein so vollständig, als möglich, einzurichten; so daß ich bis jetzt, bei dieser zweiten Ausgabe, nur Mängel der Schreibart verbessert, einige stehengebliebene Druckfehler ausgemerzt, und einige Zeilen, die mir nothig schienen, hinzugefügt habe.

Mein

Mein Versprechen, das Büchlein des Cornaro, neu übersetzt und mit Anmerkungen begleitet, heraus zu geben, kann ich jetzt als erfüllt ankündigen.

Der Beifall des Publikums hat mich aufgemuntert, ein neues Werkchen zu vollenden. Dieß ist ein **immerwährender Gesundheitskalender.** Er wird Belehrungen enthalten über den Einfluß der Witterung, der Jahreszeit u. d. gl. auf die Gesundheit des Menschen, — Belehrungen, über Alles, was in der Natur, in der bürgerlichen Gesellschaft, und in der Moralität, der Gesundheit und der durch sie beförderten Glückseligkeit des Menschen zuträglich oder nachtheilig seyn kann. Ich hoffe, Hausvätern und Müttern ein heilsames Hand- und Hausbuch, einzelnen isolirten Menschen, die, wie man zu sagen pflegt, in der Fremde leben, einen treuen Rathgeber, und Reisenden ein wohlthätiges Taschenbuch zu überliefern.

Quedlinburg,
1796. September.

Dr. Friedrich Schlüter.

§. 1.

Unterschied der Ernährung vor und nach dem Eintritte in die Welt.

Sobald der Mensch gebohren ist, hört er auf, die Nahrung seines Körpers auf diejenige Art zu genießen, wie er sie im Mutterleibe erhielt. Er tritt in eine ganz neue und von der vorigen sehr unterschiedene Lebensweise, wo er gewissermaßen gezwungen ist, durch seinen Mund der Luft und den Nahrungsmitteln den Eingang zu eröffnen, welches beides vorher, ehe er an das Licht der Welt hervortrat, der Fall nicht war; weil er nicht nöthig hatte, Odem zu schöpfen, oder seine Lunge zu gebrauchen, um den Umlauf des Blutes zu befördern; indem zu diesem Endzwekke bei der Frucht im Mutterleibe ganz andere Anstalten vorhanden waren, da sie ohnedieß auch in

ihrem Zustande nicht Odem hohlen konnte; so wie auch die Nahrung des noch ungebohrenen Menschen nicht in Speisen, sondern bloß in dem Blute der Mutter, besteht, folglich der Gebrauch des Mundes nicht nöthig ist, da diese Nahrung durch den Nabelstrang unmittelbar in die Blutgefäße der Frucht selbst übergeführt wird.

§. 2.

Erster Weg, den die Speisen nehmen.

Durch die bewundernswürdigste geheimnißvolle Anstalt des großen Naturschöpfers weiß der kaum gebohrene Erdbürger, was er vorher nicht wußte, — seine Nahrung durch den Mund zu erlangen, und der Magen, der vorher vielleicht ganz unthätig gewesen war, beginnt sogleich seine bestimmte Verrichtung. Die Speise geht durch den Mund, durch den Schlund, hinab, welches man das Schlucken nennt, eine Verrichtung, über deren kunstvolle Vollendung, da so sehr viele kleine Muskeln dabei in Arbeit sind, man erstaunen muß, wenn man sie weiß.

Der Schlund nimmt hinter der Luftröhre und Lunge am Rückgrade herab seinen Weg durch die Brust-

Brusthöhle nach dem Unterleibe. Brust und Unterleib werden durch eine ziemlich feste Haut von einander abgesondert, die man das Zwerchfell nennt. Sie besteht aus fleischichten oder Muskelfasern, ist sehr empfindlich, und zur Bewegung eingerichtet. Durch dieses Zwerchfell geht der Schlund hindurch, so wie auch die großen Blutgefäße, die von dem Herzen herab und zu ihm hinauf gehen. Da, wo diese Blutgefäße durch das Zwerchfell gehen, sind seine Muskelfasern fester, nicht sehr empfindlich, und so eingerichtet, daß sie sich nicht, wie andere Muskeln, zusammenziehen können. Ein Zeugniß, daß Gott der Urheber dieser Einrichtung war, und, wahrlich! kein endlicher Verstand. Das Blut muß, wenn das Leben fortdauern soll, ununterbrochen fortrollen, und der kleinste Aufenthalt oder Stillstand würde in Augenblicken die blühendeste Gesundheit in Tod verwandeln. Wie, wenn nun das Zwerchfell an der Stelle, wo die Hauptblutgefäße durchgehen, sich zusammenziehen könnte, wie leicht würde da oft durch einen heftigen Krampf eine solche Zuschnürung entstehen, daß das Blut schlechterdings nicht hindurch könnte, und still stehen müßte, mit unmittelbarer Folge des Todes? — Jeder Affekt, selbst ein freudiges Lachen, welches das Zwerchfell erschüttert, und in eine Art krampfhafter Bewegung setzt,

würde uns in Todesgefahr stürzen. Selbst das zur Fortdauer des Lebens so nöthige Odemhohlen, wobei ebenfalls das Zwerchfell auf und ab bewegt wird, würde wenigstens den Lauf des Blutes durch abwechselndes Zusammenpressen der Adern stören, und die Gesundheit bald zu Grunde richten. Anders aber ist es da, wo der Schlund, der von hintenher sich nun nach vorn streckt, durch das Zwerchfell geht. Dieses hat daselbst keine festen oder sehnenartigen, sondern wahre fleischichte, sehr reizbare und bewegungsfähige Muskelfasern, die sich eng zusammenziehen, und den hindurchgehenden Speisekanal völlig zuschließen können.

Weil an dieser Stelle unmittelbar unter dem Zwerchfelle der Magen anfängt, und mit dem Schlunde oder der Speiseröhre zusammenhängt, so heißt diese Stelle der Magenmund.

§. 3.

Wie kommen die Speisen in den Magen?

Der Schlund leitet mit seiner Bewegung, die in wechselsweiser Verengerung und Erweiterung besteht, die Speisen durch ein allmähliges, obgleich

gleich immer hurtiges, Fortschieben, an den Magenmund. Der Magenmund ist eigentlich immer geschlossen; bei der Bewegung des Zwerchfelles während dem Odemhohlen wird er fest zusammengezogen; nur wenn man den Odem fahren gelassen hat, und so eben etwas ruhet, ohne sogleich wieder neuen Odem zu schöpfen, nur während dieser Ruhezeit kann sich der Magenmund aufthun, und die Speisen einnehmen.

§. 4.

Wie kann der empfindliche Magenmund die Speisen einlassen?

Bei der großen Empfindlichkeit des Magenmundes sollte man glauben, daß er sich bei der Berührung der Speisen von selbst zusammenziehen und die Speisen nicht einlassen würde. Man sehe, wie heftig empfindliche Theile des menschlichen Körpers, welche Bewegungskräfte und Muskeln haben, sich bewegen, sich gleichsam durch Zusammenziehen widersetzen, wenn sie gereizt werden. Man sehe die Arbeit der Augenmuskeln, wenn ein reizender Körper das Auge berührt; man nehme das Herz eines geschlachteten Aales, das eben schon kalt geworden ist, bestreue es mit ein wenig Salz, und erstaune, wie

das

das Leben zurückzukehren scheint, wie dieß todte Herz noch einmal anhebt zu arbeiten, und zu schlagen. Der Magenmund, der an Empfindlichkeit das Herz wo nicht übertrifft, doch ihm gleich kommt, nimmt dennoch so scharfe Sachen, als Salz, Pfeffer, und mehr dergleichen reizende und gewürzhafte Dinge, ohne Widerstand auf; aber die Gewohnheit thut hier viel. Die erste Speise, die den Magenmund berührt, die süße Milch, ist sanft, und reizt ihn nicht, und nach und nach wird dieser empfindliche Theil gewöhnt, auch andere und reizendere Speisen aufzunehmen. Doch auch dieß würde noch immer schwer halten, wenn nicht die unwillkührliche Bewegung des Schlundes die vor den Magenmund gebrachten Speisen, während seiner geringeren Schließung, das heißt, während der Ruhezeit vom Odemhohlen, (§. 3.) viel zu geschwind hindurch schöbe, ehe das Reizende gehörig wirken kann. Drittens vermindert die Umwickelung von Speichel und Schleimsafte des Schlundes, welche die Speise erhalten hat, die Einwirkung wo nicht ganz, doch sehr. Diese Umwickelung des Bissens mit schleimichten Säften geschieht desto stärker, jemehr Reizendes und Scharfes die Speise enthält, und durch diesen Reiz desto mehr Speichel im Munde und Schleimsaft in der Speiseröhre hervorlockt.

§. 5.

§. 5.

Beschreibung des Magens.

Hierauf empfängt die Speisen der Magen. Er ist ein länglichter häutiger Sack, der vermöge seines aus Muskelfasern bestehenden Gewebes eigenthümliche Bewegungskräfte, und vermöge der vielen Nerven, (das heißt, derjenigen vom Gehirn oder Rückgradsmarke entstehenden und durch den ganzen Körper verbreiteten markigten Faden,) eine sehr große Empfindlichkeit besizt. Er endiget sich in die Gedärme, und ist an dieser Stelle mit einer Art von fleischichten Wulst versehen, wodurch er zugeschlossen wird, so wie sein Eingang durch das Zwerchfell (§. 2.) Im Magen befindet sich, bald mehr bald weniger, eine kaum schmeckbare Feuchtigkeit, die mit dem Speichel Aehnlichkeit hat, und Magensaft genannt wird. Die feinsten Pulsadern schwitzen durch ihre in die Höhle des Magens sich eröffnenden Enden diesen Saft aus. Adern hat der Magen eine beträchtliche Menge, wobei die Weisheit des Naturschöpfers wiederum deutlich hervorleuchtet. Ein solcher Theil nehmlich, wie der Magen, der bald ausgedehnt bald zusammengefallen ist, und nur aus hautartigem Gewebe besteht, muß durch seinen ungleichen Zustand dem Fortlaufen des Blutes in seinen Adern oft hinderlich seyn. Ist der

Magen

Magen mäßig angefüllt und ausgedehnt, so sind auch alle seine Adern in ihrer gehörigen Lage, und das Blut kann sich in ihnen ohne Hinderniß frei bewegen. Ist er aber zu stark ausgedehnt, so werden die Adern gedrückt, und das Blut darin aufgehalten; und umgekehrt, wenn er leer und schlaff ist, so haben die Adern in der erschlafften Haut nicht Festigkeit genug, und das Blut muß daher träge schleichen, und würde bald hier oder da einmal nicht fort können, und stocken. Diesen daraus entstehenden großen Nachtheil hat die Vorsehung dadurch verhütet, daß erstlich das Blut überhaupt immer mit einer gemäßigten Kraft in die Adern des Magens getrieben wird, weil der Aderstamm, der den übrigen Magenadern das Blut giebt, eine wagerechte Lage hat. — Man stelle sich eine Maschine mit Röhren vor, wodurch Wasser getrieben werden soll, so muß natürlich in einer Röhre, die quer oder wagerecht liegt, das Wasser viel langsamer fließen, als in denen, worin das Wasser gerade herunter getrieben werden kann. Man kann sich ferner sehr leicht vorstellen, daß, wenn das in der Maschine getriebene Wasser kein reines Wasser, sondern mit erdigten Theilen vermischt ist, die gröbern Theile, vermöge ihrer Schwere, mehr in den gerade herabgehenden Röhren bleiben und weit weniger in die Querröhre abfließen werden.

werden. Eben so läßt sich behaupten, daß, vermöge dieser Querlage der Hauptader, der Magen immer etwas dünneres Blut erhalte, als wenn die Ader gerade auf ihn herab ginge. — Zweitens sind auch die kleinern Adern, die aus der größern entstehen, und die sich in der Haut des Magens selbst befinden, so weislich vertheilt, so häufig unter einander verbunden, daß das Blut, wenn es auch einen Augenblick einmal in einem Aederchen nicht fort könnte, in zehn andern Nebenadern Wege genug offen hat, so daß selbst die völlige Verstopfung eines solchen kleinen Aderastes und die dadurch bewirkte Unbrauchbarkeit noch keinen bemerklichen Schaden anrichten würde. Ein so nöthiger Theil des Leibes, als der Magen ist, darf keinen beträchtlichen Schaden erleiden, ohne den größten Nachtheil des ganzen Leibes, und wer kann nun die Vorsorge des allweisen Schöpfers ohne innige anbetende Bewunderung betrachten?

§. 6.

Die Empfindlichkeit des Magens.

Es läßt sich nicht bestimmen, wer empfindlicher sey; der Schlund? der Magen? oder die Gedär-

Gedärme? daß aber der Magen eine sehr große Empfindlichkeit habe, ist gewiß, auch äußert sie sich weit stärker, als diejenige des Schlundes, welches aber wohl nur daher kommt, weil alle die reizenden Dinge sich länger im Magen als im Schlunde verweilen, und ihre Schärfen daselbst besser entwickeln können.

Die Empfindlichkeit des Magens ist nicht unveränderlich, sondern wird durch Gewohnheit oft geschwächt, (§. 4.) so wie sie auch nicht bei allen Menschen gleich ist. Es giebt Menschen, die von einer Sache Uebligkeiten und Erbrechen bekommen, wenn Andere nicht das Geringste davon empfinden. Kinder und schwächliche Personen können weder solche Speisen noch solche Arzneien vertragen, wie ein eisenfester Pflüger oder Landfuhrmann. Es hat Giftfresser gegeben, und Menschen, die Steine zum Nachtisch verzehren, kommen öfter als alle Jahrhundert vor.

Eine zu starke oder zu schwache Haut, welche die Enden der Nerven (§. 5.) überzieht, ist wahrscheinlich die Ursache der zu schwachen oder zu starken Empfindlichkeit. Man betrachte die Spitzen seiner Finger! Die bogenförmigen Rinnen daselbst sind die Futterale von den Enden der Nerven, die da so häufig gelegt sind, um

diese

diese Theile für den Sinn des Gefühls desto geschickter zu machen. Wo die Haut der Fingerspitzen dünn und zart ist, da muß auch jeder Druck auf die darunter liegenden Nervenspitzchen stärker gefühlt werden, als da, wo harte Arbeit die bedeckende Haut verdickt, und oft zu halben Horn gemacht hat.

Vielleicht liegt auch ein Grund dieser verschiedenen Empfindlichkeit in einer Verschiedenheit in einer größern oder geringern festen Bauart der Nerven und des Gehirnes selbst, welches sich aber weiter nicht bestimmen läßt, da wir von den Nerven wohl wissen, daß sie die Werkzeuge der Empfindung sind, aber wie und wodurch sie ihre Wirkung thun, bis jezt auf bloßen Muthmaßungen beruhet.

§. 7.

Natur und Wirkung dieser Empfindlichkeit.

Die Empfindlichkeit des Magens gewährt übrigens nur dunkle und mit keinem eigentlichen Bewußtseyn verknüpfte Empfindungen, gleich wie dieß bei allen übrigen Werkzeugen, die, ohne von unserm Willen abzuhängen, das Leben fortsetzen

setzen müssen, der Fall ist. Wie z. B. das Herz und alle Blutgefäße, die sich bewegen, ohne daß wir eine bestimmte Empfindung davon haben, außer der Hauptempfindung, daß uns wohl ist. Es gehört ein gewaltsamer Angriff dazu, wenn uns diese Theile eine bestimmte Empfindung geben sollen, die dann auch keine andere als Uebelbefinden und Schmerz seyn kann. So auch bei dem Magen. Ein heftiges Uebel muß ihn angreifen, wenn er eigentlichen Schmerz fühlen, oder vielmehr erregen soll. Besäße der Magen eine andere Empfindlichkeit, so, daß schon ein jeder ungewohnter Reiz die Empfindung des Schmerzes hervorbringen könnte, so würde der Mensch beinahe nur immer eine einzige Art von Nahrungsmitteln genießen dürfen, und der Magen würde das Geschäft der Verdauung nur schlecht verrichten. Er durfte nicht wenig empfindlich seyn, der Gefahr wegen, die schädliche Dinge durch ihn dem ganzen Körper bringen könnten; aber er durfte auch nicht zu empfindlich seyn, damit er nicht auch unschädliche Sachen als schädliche von sich würfe.

§. 8.

§. 8.

Wie verdauet der Magen, und was ist dazu erforderlich?

Der Magen soll die Speisen verdauen. Verdauen heißt eigentlich so viel, als ineinanderschmelzen. Durch die Verdauung werden die verschiedenen Theile, aus denen eine Speise besteht, inniger mit einander vermischt, so daß sie nur eine gleichförmige Masse ausmachen. Der Magen soll dieß durch seine ihm mitgetheilten Bewegungskräfte thun, es ist also erforderlich, daß ihm nichts, weder von innen noch von außen, diese Bewegungskräfte benehme, oder störe, und ferner, daß auch die Speisen verdaulich an sich sind, und drittens, daß sie so in den Magen kommen, daß sie seinen Kräften angemessen sind.

Unter diesen Umständen wird alsdann der Magen von den Speisen gelinde gereizt, und macht an dem Orte, wo die Speise liegt, eine zusammenziehende Bewegung. Hierdurch wird die Speise weiter gewälzt, wo ihr eben das von neuem wiederfährt. Ist der Mensch gesättiget, und der Magen gehörig gefüllt, so ist diese zusammenziehende Bewegung und abwechselnde Nachlassung durch den ganzen Magen verbreitet,

der

der nun die Speisen mit allen seinen Seiten drückt, und gleichsam knätet.

Große Beihülfe hierin leistet dem Magen das über ihm liegende Zwerchfell, das bei dem Odemhohlen abwärts steigt, und dem Magen einen gleichförmig wiederholten Druck giebt. Ferner helfen hierbei die Muskeln des Bauches, die sich unwillkührlich beim Odemhohlen, theils auch willkührlich, nachdem es dem Menschen gefällt, bewegen, und den Magen durch ihren Andruck in Thätigkeit setzen.

Die bloße Bewegung der in den Magen gebrachten Speisen ist aber nicht allein hinlänglich. Man schütte solche Speisen und gerade so, wie sie in den Magen kommen, zerkauet und mit Speichel vermischt, in eine Flasche, und bewege sie, so viel man will, so wird doch nicht, wenigstens nicht in eben derselben Zeit, das daraus werden, was der Magen daraus hervorbringt.

Es ist also dabei noch die Hülfe der Wärme nöthig, die der Magen theils durch sich selbst und seine Blutgefäße, theils durch die um und an ihm liegenden Eingeweide, die Leber, das mit Fett gefüllte Netz, die übrigen Gedärme, kurz, durch seine ganze Lage erhält.

Die

Die Wärme macht, daß die Bestandtheile der Speisen sich entwickeln. Wärme ist das Eindringen der Feuertheile, und man kann leicht begreifen, wie sehr ein so feines und heftig wirksames, in Alles eindringendes Wesen, wie das Feuer ist, geschickt sey, die Theile der Körper von einander zu sondern, auch selbst ohne heftige Wirkung, ohne zu brennen, ohne Flamme, und bloß durch das allmählige gelinde Eindringen; so wie man dieß durch tägliche Erfahrung wahrnehmen kann. Die Wärme entwickelt in dem unreifen Obste die rohen Säfte, daß sie durch ihre neue Verbindung süß und milde werden. Jede Köchin, jeder Bäcker macht die tägliche Erfahrung von der Wirkung des Feuers, in Absicht der Veränderung der Nahrungsmittel. Abwesenheit der Wärme, das heißt Kälte, verhindert alles dieß, und die Dinge bleiben lange in dem Zustande, worin sie einmal sind, werden immer so bleiben, wenn das Feuer ganz und gar aus ihnen getilgt werden könnte, und andere Dinge nicht auf sie wirkten.

Diese Wärme des Magens, so wie der Eingeweide überhaupt, ist allerdings beträchtlich. Sie übertrifft die Hitze der Luft in den heißen Ländern unter der Linie weit, und ohne daß der Mensch eigentlich erhitzt zu seyn braucht.

Durch

Durch diese Wärme werden in dem Magen die Nahrungsmittel eben so verändert, als außerhalb den Magen. Einige werden sauer; als alle zur Gährung geneigten Dinge aus dem Pflanzenreiche, und die Milch, besonders die von solchen Thieren, die sich vom Pflanzenreiche ernähren, als welche der Mensch auch nur gewöhnlich genießt. Eine Art dieser Säure ist auch das Ranzige, wozu sowohl die Oele aus den Gewächsen, als auch die thierischen Fette gar sehr geneigt sind. Andere Nahrungsmittel werden faulicht, wohin alle diejenigen gehören, die aus dem Thierreiche genommen werden, außer der Milch, die noch kein völlig thierischer Saft ist.

Damit die Bestandtheile der Speisen sich durch Bewegung und Wärme um desto leichter entwickeln, so befindet sich im Magen der Magensaft, (§. 5.) wodurch alles Genossene sich besser vermischen kann. Hierzu kommt noch der Speichel, der theils beim Kauen und Hinunterschlucken mit den Speisen vermischt wird, theils auch nachher noch fortdauernd, der Natur gemäß, aus dem Munde seinen Weg in den Magen nimmt.

Weil nun sowohl der Eingang als auch das Ende des Magens aufwärts gerichtet und geschlos-

schlossen sind, so müssen sich die Speisen verweilen, und werden nun innig gemischt, und gekocht, wobei die Bewegung des Zwerchfelles sie immer nach dem Ende des Magens treibt, der Magen selbst aber, indem er sich zusammenzieht, sie wieder überall vertheilt, bis sie flüßig genug sind, um durch den nur wenig geöffneten Ausgang des Magens in die Gedärme zu kommen.

Ein Reiz, der von der durch die Kochung entwickelten Schärfe, Säure, Ranzigkeit oder Fäulniß herrührt, befördert das Fortkommen der Speisen, weil der Magen selbst sich auf diesen Reiz stärker bewegt. Daher werden reizende scharfe Speisen schneller fortgeschafft, als milde oder gewürzlose. Flüßige Nahrungsmittel bedürfen keiner Flüßigmachung weiter, und gehen geschwind hindurch, desto geschwinder, je schärfer sie sind, und je weniger sie sich mit festen Nahrungsmitteln in dem Magen zu vermischen brauchen.

Auf diese Weise geschieht also die Kochung der Speisen im Magen, welche aber noch nicht die ganze Verdauung ist, die erst in den Gedärmen vollendet wird, von der nur jetzt die Rede nicht weiter seyn kann, da wir es bloß mit dem Magen zu thun haben.

§. 9.

Folgen dieser Verdauung und ihrer Art überhaupt.

Die Verdauung in den Gedärmen richtet sich nach der, die der Magen angefangen hat. Ist diese gut gewesen, so können die Gedärme das ihrige desto besser thun; war sie aber schlecht, so können die Gedärme es schwerlich oder nur dürftig ersetzen.

Die Ernährung des Körpers, die Fortdauer des Lebens und der Gesundheit, sind die Zwecke des Essens, des Trinkens, der Verdauung und aller dazu gemachten Anstalten. Das Leben und die Art des Lebens, seine Vergnüglichkeit oder Unlust hängt ganz natürlich von der Art und Weise, wie die Ernährung von statten gehet, ab. Eine fehlerhafte Verdauung befördert die Ernährung nur schlecht, ein fehlerhafter Magen verdauet nur schlecht, und die Quelle aller Ernährung wird dadurch unrein; wie kann das Uebrige besser seyn?

Diese Wahrheiten sind so einleuchtend, daß sie ein Kind begreifen kann, und dennoch — sollte man es glauben? — läßt man sie so häufig und oft so ganz aus der Acht. Selbst Menschen, die an den Uebeln von schlechter Verdauung

dauung leiden, selbst diese wollen die Ursache ihrer mancherlei Leiden nicht einsehen und anerkennen. Man klagt gewöhnlich eher tausend andere Dinge als Urheber seines Uebelbefindens, seiner Kränklichkeit, seiner Krankheiten und körperlichen Leiden an, ehe man die Sünden gegen den Magen bekennen will. Man scheint an diese Sünden nicht eher zu glauben, bis man sie gleichsam mit Händen greifen kann, und mit Gewalt zu ihrer Erkenntniß hingestoßen wird. Selbst dann, wenn man offenbar fühlt, daß der Magen und die Gedärme leiden, ist die Entschuldigung nichts Seltenes, daß man sagt: ich weiß nicht, wie das zugeht? ich wüßte doch nicht, daß ich etwas Schädliches genossen hätte? und dergleichen.

§. 10.

Wie können Menschen so unvernünftig gegen ihren Magen handeln?

Wenn ein Gesetz unter den Gesetzen der steinernen Tafeln vorhanden wäre, welches bestimmt sagte: Du sollst deinen Magen in Acht nehmen, ihn in Ehren halten, und deine Verdauung nicht verderben! Du sollst nicht eher essen, bis dich hungert, nicht eher trinken, bis dich durstet!

oder Gott wird dich strafen! — so würden vielleicht die Menschen aufmerksamer auf die erste, auf die Hauptquelle ihres Wohlbefindens seyn, aus Furcht vor der Strafe Gottes. Da aber ein solches Gesetz nicht da ist, da es bloß der Vernunft des Menschen überlassen bleibt, hier das Gute von dem Bösen zu unterscheiden, — da der die Sünden wider den Magen strafende Rächer hier nicht Gott, sondern bloß Natur heißt; — so war Nachläßigkeit und Nichtachtung wohl von den Menschen zu erwarten. Die Menschen sind nicht fauler, als im Gebrauche ihrer Vernunft, nicht tauber, als gegen ihre Lehren und Warnungen, und haben gegen Nichts so wenig Achtung, als gegen die Winke der Natur, selbst wenn diese Winke auch noch so sichtbar und bedeutend sind. Wenn die Uebel, die ihnen durch ihre verkehrte Lebensweise zustoßen, nicht sehr groß und lange anhaltend sind, so werden sie sehr bald wieder vergessen, die Furcht davor verliert sich geschwind, und man hat nicht so viel vernünftige Selbstliebe, die Quelle des Uebels zu vermeiden. Man schläfert sich ein, man belügt und betrügt sich selbst, man erklärt die Ermahnungen der Vernunft für Grillenfängerei, und wenn man auch einsieht und zugesteht, daß die Vernunft wirklich Recht hat, so fürchtet man sich vor der Anstrengung, die die Ueberwindung einer

Ge-

Gewohnheit, einer Neigung, eines Vorurtheils kosten würde. Man schmeichelt sich, daß das erlebte Uebel keine nothwendige Folge, sondern nur zufällig sey. Ja, wenn das Uebel selbst bis jetzt vorübergehend war, wenn seine Folgen nicht gleich sichtbar sind, so entschließt man sich gern, bisweilen eine so kleine Unbequemlichkeit zu ertragen, wenn man nur seinen Neigungen, Leidenschaften und Vorurtheilen folgen darf. Das Aeußerste, was man thut, ist gemeiniglich, daß man sich vornimmt, — nicht vernünftiger, — sondern nur etwas behutsamer zu werden. Man glaubt, durch seine Pfiffigkeit, — denn Klugheit ist das nicht! — einen schönen Weg gefunden zu haben, auf dem man den Gesetzen der Vernunft und den Strafen der Natur mit guter Art ausweichen und sie umgehen könne.

Dazu kommt noch, was besonders bei den Verderben ihres Magens der Fall ist, ein festes und gewisses Vertrauen auf die Kunst der Aerzte und auf die unfehlbare Wirkung der Arzeneien. Man glaubt, daß man durch diese Hülfe alle und jede Sünde wider die Natur versöhnen, und das Verdorbene wieder in den vorigen guten Stand setzen könne. Wie sehr man sich in diesem Glauben betrügt, und wie weit jenes Zuvertrauen festen Grund habe, werden wir nachher sehen.

§. 11.

§. 11.

Worin irren die Menschen ferner hierbei.

Die Wichtigkeit des Magens, als Hauptquell der Ernährung und der Gesundheit und die Gefährlichkeit seiner Verletzung, sieht übrigens Jedermann ein; nur in Absicht der Verletzung selbst herrschen die verkehrtesten Begriffe unter den Menschen. Man bleibt mit seinen Gedanken nur immer bei solchen Verletzungen stehen, die unmittelbar gefährlich und tödtlich sind, bei den Verletzungen durch Wunden oder Gift.

Wunden, die dem Magen durch schneidende Dinge von außen, durch Degenstiche und dergleichen, und von innen, durch verschlucktes Glas oder andere solche Dinge zugefügt werden, sind allerdings mit der äußersten Gefahr und, nur in den allerseltensten Fällen nicht, mit dem Tode verbunden. Aber unvorhergesehene Unglücksfälle, die dergleichen Wunden verursachen könnten, sind in der That zu selten in einer Welt, worin eine ewigweise Vorsehung herrscht, die ihre Geschöpfe vor gefährlichen Zufällen, die sie durch Vernunft nicht vorhersehen und abwenden können, gütig bewahrt. Wenn aber Wahnsinn oder Wuth, (ein vorübergehender Wahnsinn,) den Menschen in solche Gefahr bringen, so ist Warnung

nung davor eine vergebliche Sache, und im Ganzen sind alle diese Fälle selten.

Gift wird der Mensch von selbst und bei gesundem Verstande nicht nehmen. Einige Gifte, wie die aus dem Steinreiche, der Arsenik, der Sublimat und andere durch die Chymie hervorgebrachte Dinge, Vitriolöl, Scheidewasser und dergleichen, reizen den Menschen wahrlich nicht zum Genusse, und der kleinste Versuch entdeckt ihre Nichtgenießbarkeit bald genug. Gifte aus dem Pflanzenreiche, wie der Schierling, das Eisenhüthlein, das Bilsenkraut, erwecken ebenfalls keine Begierde, sie zu essen, sondern erregen durch ihren widrigen Geruch und unangenehmen Geschmack Eckel und Abscheu. Wenn ja bei Kindern bisweilen traurige Fälle durch den Genuß dieser Dinge entstehen, so sind es immer nur solche Kinder, die schon dazu verleitet sind, ihren Magen überhaupt in Gefahr zu setzen, das heißt, Kinder, die durch die Unvernunft ihrer Eltern oder Erzieher zur Fresserei gewöhnt sind. Andere Giftpflanzen, die allenfalls den Unerfahrenen reizen könnten, zum Beispiel, die Tollkirschen, sind seltener, und wachsen versteckt, und einige Warnung verhütet das davon zu befürchtende Uebel.

Im

Im Ganzen sind auch also diese Fälle selten, und wenn man von der Gefährlichkeit der Verletzung des Magens redet, muß man gerade diese seltenern Fälle nicht, wenigstens nicht allein, im Sinne haben.

§. 12.

Hat die Vernunft oder der Magen bei Beurtheilung der für ihn schädlichen Dinge das Vorrecht?

Wir haben gesehen, (§. 5.) wie weise der Schöpfer den Magen eingerichtet, wie er ihn mit so vielen empfindlichen Nerven versehen hat, (§. 7.) daß er bei vorkommender Gefahr sich sogleich in volle Thätigkeit setzt, das Schädliche zu entfernen.

Es giebt Dinge, die man nicht allgemein als schädlich betrachten kann, z. B. der Käse, einige Fleischarten, einige Früchte und dergleichen, die von zehntausend Menschen als Speise gebraucht und geliebt werden, die aber oft diesem oder jenem Menschen, vermöge der besondern Einrichtung seiner Natur, nicht allein nicht zuträglich, sondern oft schädlich sind. Der Geruch und Geschmack sogar solcher Menschen entdeckt nichts Schädliches, nichts Widriges an dergleichen

gleichen Speisen, sie genießen sie ohne Widerwillen, — nur der Magen entdeckt durch seinen ihm ganz eigenthümlichen Sinn, daß sie schädlich sind. Der Mensch wird übel, und muß die ihm, obgleich nur ihm allein, nachtheiligen Dinge durch Erbrechen wieder von sich geben. Es beruhet nicht auf der Einbildung, wie man etwa glauben mögte, obgleich die Einbildung auf den Magen große wunderbare Gewalt und starken Einfluß hat.

Die Erfahrung, daß einige Leute keinen Käse essen können, ist gar nicht selten. Man hat, in der Meynung, daß bloß ihre Einbildung daran schuld sey, versucht, ihnen auf diese oder jene versteckte Art Käse beizubringen, den sie auch ohne allen Verdacht genossen, weil ihr Geruch und Geschmack nichts davon merkte. Aber sie befanden sich bald darauf sehr übel, und wurden nicht eher wieder besser, bis ein plötzliches Erbrechen den genossenen und ihnen nachtheiligen Käse aus dem Magen geschafft hatte. Manche können schlechterdings kein Hammelfleisch vertragen, und ich sahe einen solchen Menschen, der von einem sehr guten Hammelbraten mit dem größten Wohlbehagen aß, und ihn für Schweinsbraten hielt. Nachmittags wurde er unlustig, hatte heftiges Kopfweh, eine unruhige Nacht und

erbrach sich am andern Morgen, wo das genoss-ne Fleisch völlig unverdauet geblieben war. Manche vertragen keine Himbeeren, manche bekommen von jedem Weine sogleich Kopfschmerzen, und brechen ihn ebenfalls oft erst am andern Tage beinah unverändert weg.

Man kann nicht sagen, daß in den Bestandtheilen solcher Dinge Etwas wäre, wodurch die Säfte eines Menschen könnten sogleich verdorben werden, da, wenn man es auch vom Käse oder dergleichen behaupten mögte, zum wenigsten ein häufiger und starker Genuß solcher Speisen dazu gehört, wenn von ihren nachtheiligen Eigenschaften viel in die Säfte des Menschen soll aufgenommen werden; denn diejenigen Saugeadern in den Gedärmen, die den Nahrungssaft aus den Speisen in das Blut führen, nehmen so leicht nichts Scharfes oder Zähes, Grobes auf, sondern schließen ihre Oeffnung vor jedem, was nicht milde und sanft ist, fest zu, und nur durch das Uebermaaß schädlicher Säfte, könnte Etwas davon mit eindringen. Aber das besondere eigenthümliche Gefühl der Nerven in dem Menschen, kann oft dergleichen Dinge, sie mögen so milde und so wenig scharf seyn, als möglich, nicht vertragen, und wahrscheinlich würde der Nahrungssaft, der z. B. aus dem verdaueten Hammel-

melfleiſche in die Säfte eines ſolchen Menſchen käme, nicht in den Säften ſelbſt, aber in dem ganzen Nervengebäude Unruhe und Schaden anſtiften.

Wir können nicht ſagen, **wie** und **warum** dieß ſo iſt? wir wiſſen nur, **daß** es ſo iſt. Wir können mit Gewißheit behaupten: daß alle Speiſen, die der Magen zurückwirft, — nicht überhaupt, — ſondern gerade **hier** ſchädlich ſind, oder ſeyn würden.

Eben ſo iſt es oft mit Arzeneien, die in dem allgemeinen Ruhme der Vortrefflichkeit ſtehen, und die dennoch mancher Menſch, gerade in dem Falle, wo Erfahrung und Vernunft ſie für zuträglich erklärt, ſchlechterdings nicht vertragen kann. Die Fliederblüthe und der davon bereitete Thee, nebſt dem davon abgezogenen Waſſer, ſind, der häufigſten Erfahrung nach, ſo ſanfte, den Nerven ſo wohlthuende, ſo beruhigende Mittel, und dennoch giebt es Fälle, wo Kranke, die an Krämpfen leiden, nicht allein keine Linderung, ſondern die heftigſte Vermehrung ihrer Krämpfe davon erfahren, zum Erſtaunen und größter Verwirrung unwiſſender Aerzte.

Man muß dem Magen in allen diesen Fällen, so wie überhaupt in Absicht aller und jeder Nahrungsmittel, das Vorrecht des Urtheils zugestehen und überlassen. Wir können mit unsrer Vernunft nicht bis in die geheimen Tiefen der Natur dringen, vielmehr müssen wir sorgfältig und achtsam auf die Erfahrung hören, und es ist Pflicht unsrer Vernunft, das zu thun, was die Erfahrung uns, als heilsam, vorstellt, das zu unterlassen, was sie uns, als schädlich, widerräth.

Der Magen ist von dem Naturschöpfer so eingerichtet, daß er der erste und sicherste Wächter über unser Leben und unsre Gesundheit seyn soll, und indem er diese Verrichtung erfüllt, so entfernt er allen Schaden unmittelbar von sich selbst zuerst.

§. 13.

Bewahren den Magen seine natürlichen Eigenschaften immer?

Die Gefahren für den Magen sind theils durch die Vorsehung der Gottheit überhaupt selten, theils werden sie selten, durch die Hülfe aller wachsamen Sinne, die vor dem wirklich Schäd-

Schädlichen warnen, und den Genuß verbieten, theils wird auch das undeutliche und versteckte Schädliche von dem gesunden Magen aus eigener innerer Kraft zurückgeworfen. (§. 12. 11.)

Bei so großen Anstalten des Schöpfers sollte man glauben, daß der Magen selbst keinem andern Uebel oder Unfalle ausgesetzt wäre, als nur dem, welches die ganze menschliche Maschine durch innere Verzehrung ihrer Kräfte, durch langen Gebrauch und Alter, endlich erfahren muß. Dennoch aber zeigt die Erfahrung, leider, daß auch dieser zum Leben und zur Gesundheit so nöthige Theil von Krankheiten angegriffen wird, zu denen wir die Verletzungen von außen, oder die von innen, durch verschluckte Gifte, nicht einmal rechnen wollen.

§. 14.

Was kann man ohne Arzt bei Vergifteten unternehmen.

Da indessen einiger Unterricht in der Hülfe vergifteter Personen auch Nichtärzten sehr nützlich ist, indem die Gefahr hier keinen Verzug leidet, ein Arzt nicht immer gleich herbeigeschaft werden und der Unglückliche in ungeschickte Hände und

eine

eine schädliche Kur fallen kann; so will ich auch hier und jetzt darüber reden.

Gewöhnlich nimmt man bei Vergiftungen seine Zuflucht zum Milchtrinken, und so gut dieß auch ist, so ist es doch nur selten hinreichende Hülfe. Es kommt immer darauf an, was für ein Gift genommen ist. Ich will diejenigen, die am schädlichsten sind, die am öftersten vorkommen, und die noch oft Hülfe zulassen, hier herseßen, und die beste Rettungsart hinzufügen.

Arsenik, (Rattenpulver) **Sublimat**, **Kobalt**, (Fliegengift) gehören zu den schrecklichsten und am schnellsten tödtenden Giften. Ihre Schärfe, die die Zunge nicht einmal stark empfindet, wirkt so wüthend in dem Magen, daß sie nicht allein die heftigsten Schmerzen, gewaltige Krämpfe und die fürchterlichste Entzündung erregt, sondern selbst die innere Haut des Magens in Lappen zerfrißt. Ohne arzeneiliche Hülfe ist der Tod allemal gewiß und schleunig. Das, was man ohne Arzt hier thun kann, ist folgendes:

Jeder Bader auf den Dörfern, jeder Hausvater in einer großen Haushaltung, wo wegen der Ratten und Mäuse dergleichen Vergiftungen aus Unvorsichtigkeit am ersten vorfallen können, sollte

sollte folgendes Pulver, das Jeder sehr leicht selbst zubereiten kann, im Vorrath haben.

Man nehme Austerschalen, oder von der inwendigen Haut gereinigte Eyerschalen, zerstoße und reibe sie zu einem feinen Pulver. Hiervon nehme man etwa zwei Loth, und mische eben so viel Jungfernschwefel dazu. Diese Mischung setze man in einem Schmelztiegel oder einer eisernen reinen Pfanne, in ein gutes Kohlenfeuer, und lasse es, unter einigen Umrühren mit einem reinen Stäbchen, so lange stehen, bis Alles ganz weißglühend ist. Zehn Minuten lasse man es so glühend seyn und nehme dann Alles aus dem Feuer, und lasse es erkalten. Dieses so verfertigte Pulver verwahre man in einem wohlverstopften Glase.

Ist nun eine Vergiftung durch obengenannte Gifte vorgefallen, so gebe man sogleich von diesem Pulver alle Viertelstunde einen Theelöffel voll, und lasse eine Tasse saure Milch oder Weißbier mit Citrone oder Essig säuerlich gemacht, nachtrinken. Hiermit fährt man fort, bis die Schmerzen gelinder werden, wobei der Unglückliche sich, durch Reizung des Schlundes mit dem Finger, bemühen muß, sich zu erbrechen.

Vor

Vor allen Dingen aber muß der Vergiftete auch sogleich am Fuße stark zur Ader gelassen werden. Dabei lege man ihm ein Pflaster aus Sauerteig, gestoßenem Senf, mit etwas Weineſſig oder Bieressig geknätet, dick auf Papier oder Leinwand gestrichen, auf die Gegend des Magens.

Lassen die Schmerzen ziemlich nach, so gebe man von dem Pulver immer etwas weniger, und lasse Hafergrützschleim, oder Milch, wärmlich trinken, und einige Löffel voll guten Leinöl. Dieß ist zum Erbrechen genug, und man lasse sich ja nicht durch einen weise seyn wollenden Quacksalber verleiten, ein anderes Brechmittel zu nehmen, bis ein geschickter Arzt, nach dem man sich unterdeß nothwendig bemühet haben muß, es für zuträglich findet. Diesem überlasse man die übrige Herstellung des Unglücklichen dann ganz allein.

Bei verschlucktem Vitriolöl oder Scheidewasser ist das häufige Trinken von Milch, Hafergrützschleim mit Leinöl am zuträglichsten, um die Hauptgefahr abzuwenden; das übrige gehört für einen geschickten Arzt.

Eben

Eben so verfahre man, wenn, wie wohl bisweilen bei Kindern oder melancholischen Personen der Fall vorkommt, Bitterkalk oder Seifensiederlauge in solcher Menge verschluckt ist, daß Gefahr drohet. Vorzüglich einige Löffel voll Leinöl mit nachgetrunkener warmer saurer Milch sind hier am besten.

Wo Glas oder Porzelain und dergleichen in den Magen gekommen ist, und Schmerzen erregt, läßt man einen dicken Brei von Mehl, Gries, oder Brodt, hinterher essen, und zugleich ein hinlänglich starkes Brechmittel, aus 15 Gran Brechwurzel (Ipekakuanha) und 3 Gran Brechweinstein (Tartarus emeticus) gemischt, auf zweimal binnen einer halben Stunde nehmen. Das Brechmittel muß hier stark wirken, und kann hier nur allein Hülfe schaffen, weil Glas oder Porzelain sich nicht in dem Magen verwandeln lassen. Kindern läßt man 6 Gran Brechweinstein in einer Tasse Thee auflösen, und davon alle halbe viertel Stunden während dem Breiessen, einen halben Eßlöffel voll nehmen. Diese Mittel hat jeder Landbader wohl immer vorräthig. — Man sehe danach, was weggebrochen wird, ob sich das Schädliche dabei befindet, und ob die Schmerzen nachlassen. Darauf gebe man noch Milch oder Mehlsuppe kalt,

und die beiden folgenden Tage jeden Morgen ein Laxiermittel, aus einem Eßlöffel voll Cremor tartari und einem Eßlöffel voll Honig oder Mohrrübensaft. Dieß ist ein sehr gutes und auch angenehmes Laxiermittel, von dem ich nachher noch Einiges erwähnen werde.

Die Pflanzengifte haben entweder eine Brechen erregende oder betäubende Kraft. Die giftigen Pflanzen wirken nicht auf jeden Magen gleich; bei Einigen erregen sie sogleich Erbrechen, bei Andern bloß Betäubung, und ihre verschiedene Wirkungsart hängt also viel mit von der besondern Natur desjenigen Magens ab, worin sie gebracht sind.

Zu diesen schädlichen Pflanzen gehören bei uns: der Schierling (Cicuta), das Bilsenkraut (Hyoscyamus), der Stechapfel (Stramonium), die Tollkirsche (Belladonna), die frischen Mohnköpfe und der aus dem asiatischen Mohn zubereitete Saft, Opium genannt. Man kann noch die Wolfsmilch und die Wurzel oder Zwiebel der Zeitlose (colchicum), so wie auch das Eisenhüthlein (Napellus) hierher rechnen, ob es gleich selten geschieht, daß sie genossen werden.

So:

Sobald man Verdacht hat, oder es wirklich weiß, daß irgend eines von diesen Pflanzengiften genossen sey, und Schmerzen, Angst, Schwindel, Betäubung, Irrereden es verkündigen; so ist ein Brechmittel, aus 8 Gran Brechweinstein in zwei Tassen warmen Wassers oder Thee aufgelöst und alle halbe Viertelstunde einen Eßlöffel voll genommen, bis ein etwas starkes Erbrechen folgt, das Nöthigste. Bei dem Erbrechen läßt man saure Milch, oder anderes säuerliches Getränk, fleißig trinken, und wenn nichts mehr weggebrochen wird, so gebe man einige Tassen starken reinen Kaffee, ohne Milch, und einige Zeit hernach lasse man Weinessig mit Wasser trinken, den Kranken im Bette liegen, und gelinde ausdünsten. Sollten die Zufälle heftig seyn, und der Magen viele Schmerzen leiden, so lasse man zugleich etwas Blut, und lege ein, schon beschriebenes Senfpflaster, auf die Gegend des Magens, oder an die Waden. Ein solches Pflaster läßt man liegen, bis es stark schmerzt, wo man es alsdann nach einiger Zeit, und am besten mit einiger Heftigkeit, obgleich dieß den Kranken wehe thut, abreißt. Die rothe entzündete Stelle, die das Pflaster gemacht hat, braucht man nicht zu verbinden, oder zu schmieren, wie es weichliche Personen wohl verlangen; denn es ist besser, wenn der Schmerz

darin anhält, und nicht zu früh gelindert wird.

Sollten nach Anwendung dieser Hülfe noch bedenkliche Zufälle, Irrereden, Schluchzen, Schlafsucht, und dergleichen, fortdauern, so gehören zu ihrer richtigen Beurtheilung gelehrte Kenntnisse, und man muß ihre Heilung einem guten Arzte überlassen. Wenigstens muß man für sich nichts weiter thun, als dem Kranken Wasser, mit Weinessig oder Vitriolspiritus gesäuert, fleißig zu trinken reichen, und einige Klystiere von abgekochten Chamillen mit Weinessig, auf jedes Klystier einen Eßlöffel voll, kalt setzen zu lassen.

Das Trinken des mit Vitriolspiritus gesäuerten Wassers ist, wenn auch keine starken Zufälle übrig geblieben wären, dennoch einige Tage hindurch sehr rathsam, weil die Wirkung dieser betäubenden Pflanzengifte heimlich nachschleicht, besonders wenn zwischen dem Genusse und der ersten Hülfe schon viel Zeit verstrichen und viel von dem Gifte in die Säfte des Körpers übergegangen ist. Vorzüglich hüte man sich, den kaum befreieten und von dem Gifte sehr geschwächten Magen mit Speisen zu beschweren, und vermeide jedes rauschende Getränk;

damit

damit nicht höchst beschwerliche und gefährliche Nachwehen kommen.

Alle diese bisher genannten Gifte, — glasartige Körper ausgenommen, — werden dennoch von den Aerzten oft als Arzeneien angewandt, und verwandeln unter der Leitung eines verständigen Mannes ihre tödtenden Eigenschaften in Heilkräfte bei vielen wichtigen Krankheiten des armen Menschengeschlechtes. Hingegen werden oft bekannte Arzeneien unter der Hand eines unwissenden, ungeschickten Menschenwürgers, oder aus Unbesonnenheit und Dummheit des Empfängers, wahre Gifte, tödten, wo sie heilen sollten, oder zerstören wenigstens die Gesundheit sehr und auf lange Zeit.

Dahin gehören mehrentheils alle Marktschreiermittel, die von der Harlekinsbude herab, oder in den Zeitungen als große Geheimnisse angepriesen werden; alle heftige Brech- und Purgiermittel, besonders die letzten, wenn sie aus bloßen harzigen Dingen bestehen, z. B. das abscheuliche Ailhaudsche Pulver, das Jalappen-Harz (in der Pöbelsprache Rosinenjalappe,) besonders wenn es im Brandtwein aufgelöst und nicht von einem vernünftigen Arzte durch Eydotter oder Mandeln unschädlich gemacht ist. Alle

aus

aus solchen scharfen Harzen verfertigten und bei den Krämern zu habenden geheimen Purgierpillen, Wurmknochen und dergleichen, die fürchterlichen Brechpulver und Fiebertropfen, womit oft herumziehende Ungarn einfältige Personen vergiften. Kein vernünftiger Mensch muß dergleichen gebrauchen, zumal wenn es Geheimnisse sind, und Wunderthaten davon erzählt werden. Nachher werde ich weiter davon reden. Jetzt erwähne ich nur, daß wenn auf solche unsinnigen, von Marktschreiern oder unwissenden Aerzten und Badern gegebenen Mittel böse Zufälle entstehen, heftige Schmerzen und Krämpfe, unaufhörliches Erbrechen und Purgieren, wobei oft Blut mit fortgeht, die Augen entzündet werden, feine Aederchen am Kopfe zerspringen, Hände und Füße sich krampfhaft zusammenziehen und Ohnmachten erfolgen, daß man oft auf wirkliche Vergiftung argwöhnen muß; so rette man sich durch langsames Trinken von süßer fetter Milch und starkem Chamillen-Thee, wo man in jede Tasse 8 Tropfen Hoffmannischen Liquor tröpfeln kann, der aber aus einer Apotheke, und nicht von Scheidewasserbrennern, Balsamträgern oder aus einem Kramladen gekauft werden muß, um ihn gut und rein zu erhalten. Man bedecke sich warm, vermeide kaltes Getränk, und wenn die Heftigkeit

keit der Zufälle gemindert ist, trinke man ein Glas guten Franzwein. Man hüte sich, ohne Bewilligung eines verständigen Arztes, seine Zuflucht zu andern Mitteln, z. B. zum Opium, zu nehmen.

Noch muß ich hier eines vortrefflichen Arzeneimittels gedenken, dessen unrechter Gebrauch höchst nachtheilig ist und oft tödtliche Folgen hat. Dieß ist der Salpeter, wenn er in zu großer Menge, etwa zwei Loth und unaufgelöst genommen wird. Er besitzt eine gewaltige Kraft zu erkälten und zu schwächen, und beraubt der Stelle des Magens, wo er, so als Pulver verschluckt, hinkommt, sehr schnell alle Kraft, alle Empfindung, alles Leben, so daß bald Brand und Tod erfolgt. Es geschieht dieß Unglück bisweilen durch eine Nachläßigkeit und unachtsame Verwechselung in den Krämerladen, wo statt des Glauberschen oder englischen Salzes, Salpeter gegeben wird. Die Fälle sind da, und wenn man daher jene Purgiersalze aus einem Krämerladen oder aus einer Apotheke, worin windige und unordentliche Vorsteher und Lehrlinge sind, nimmt, so sey man so vorsichtig, das Salz erst zu untersuchen, ob es bitter ist, und ob es auf glühenden Kohlen nicht wie Schießpulver aufflammt, — welches der Salpeter thut. Ueberhaupt

haupt aber muß man solche Salze nicht anders als aufgelöst einnehmen, damit sie nicht auf einer Stelle des Magens zu lange liegen bleiben, bis sie sich auflösen können. Sollten indessen durch einen solchen unvorsichtigen Gebrauch des Salpeters Schmerz, Uebligkeit, Krampf, Ohnmachten erregt werden, so nehme man sogleich seine Zuflucht zur innerlichen und äußerlichen Erwärmung des Magens. Der Verunglückte genieße eine kräftige Weinsuppe mit Muskaten-Blumen, ohne Eyweiß oder geröstete Semmel, und lege mit warmem Wein getränkte Tücher auf die Gegend des Magens. Mehr zu thun, kann man einem Nichtarzte nicht rathen.

§. 15.

Entzündung des Magens.

Die andern Krankheiten, denen der Magen unterworfen seyn kann, haben ihre Ursache entweder in ihm selbst, oder in andern Theilen des Körpers, und sie sind überhaupt, entweder von einem schnellen, oder langwierigen Verlaufe.

Zu denen, die nicht lange dauern, und bald, entweder weichen, oder den Tod nach sich ziehen, ge-

gehört die eigentliche Entzündung, die nicht durch jene, im vorhergehenden Abschnitte erwähnten Dinge bewirkt wird. Sie ist eine sehr gefährliche Krankheit, weil sie einen so wichtigen und zum Leben so unentbehrlichen Theil angreift. Der Natur allein überlassen, endiget sie allemal mit dem Tode, und ihre Heilung kann bloß durch Hülfe der Arzneikunst geschehen. Aber auch selbst bei allem Beistande dieser Kunst bleibt sie gefährlich, besonders weil der angegriffene Theil nur die Anwendung von sehr wenigen Arzeneien leidet. Kein Nichtarzt kann sich mit ihrer Heilung befassen, und nur, um ein so äußerst gefährliches Uebel verhüten zu lehren, erwähne ich ihrer jetzt.

Sie äußert sich durch einen heftigen stechenden pochenden Schmerz in der Magengegend, der selbst durch gelinde Berührung heftiger wird. Die Bewegung beim Odemhohlen, der Genuß fester oder flüßiger Speisen und Arzeneien, zwingen die Kranken zum Geschrei über Schmerz, und kaum haben sie etwas genossen, so brechen sie alles unter großer Marter wieder von sich. Dabei sind Durst, allgemeine Hitze, schneller Pulsschlag, und alle übrigen Zufälle eines hitzigen Fiebers gegenwärtig.

Bei der Vorsorge des weisen Naturschöpfers für den Magen (§. 5. 7.) kann man schon vermuthen, daß eine so gefährliche Krankheit nicht von selbst, das heißt, aus Ursachen, die in der Natur des Magens selbst liegen, entstehen könne; wie sie denn auch wirklich nie daraus entsteht. Wenn wir die Fälle vom genossenen Gifte, zu heißen Speisen und Getränken, zu heftigen Brechmitteln, ausnehmen, so entsteht sie mehrentheils durch des Magens Mitleidenschaft bei andern Krankheiten.

§. 16.

Mitleidenschaft des Magens in andern Krankheiten.

Wenn eine den ganzen Körper erschütternde Krankheit den Menschen befällt, so ist natürlich, daß alle Eingeweide desselben ihre Verrichtungen nicht ordentlich und gewöhnlich thun können; keines aber unter ihnen nimmt so viel Theil, und leidet mehr, als der Magen. Die Lunge, das Herz und die Blutgefäße, werden mehrentheils in eine stärkere Thätigkeit und Bewegung gesetzt; nur der Magen wird dagegen unthätig und kraftlos. Die Eßlust verliert sich, wo nicht ganz, doch größtentheils, und der Magen scheint gewissermaßen zu schlafen.

Weise

Weise Güte des Schöpfers!

Was würde daraus entstehen, wenn bei solchen Krankheiten, wo ein Ueberfluß von schädlichen Säften im Körper ist, der Magen seine Eßlust und Verdauung behielte? — oder wenn seine Thätigkeit, wie die Thätigkeit des Herzens oder der Lunge, noch verstärkt würde? — Nichts anders, als daß die schädlichen Säfte noch vermehrt und die Kräfte der menschlichen Maschine in ihrer Arbeit, das Schädliche zu verbessern oder auszuwerfen, gestört und unterdrückt würden, und der gewisse Untergang der Maschine erfolgte. Ein von Krankheit, besonders von großer, wichtiger Krankheit, angegriffener Körper darf nicht wie ein gesunder genährt werden, und um dieß zu verhüten, richtete Gott das vorzüglichste und erste Werkzeug der Ernährung, den Magen, so ein, daß er sogleich die Begierde nach Nahrungsmitteln verliert. Selbst bei Krankheiten, die eigentlich nicht den ganzen Körper betreffen, bei Schmerzen einzelner Theile, leidet der Magen mehrentheils mit, und fordert wenigstens keine Speise, weil auch solche Uebel bei geringem Zufluß nährender Säfte leichter gehoben werden können. Wenn die Empfindungs- und Bewegungswerkzeuge des Körpers, die Nerven, durch Fieber oder Schmerzen angege-

gegriffen werden, so kann die eigentliche Ernährung, die Verwandlung der Nahrungsmittel in Blut und Fleisch, nicht vor sich gehen, also ist jeder Zufluß nährender Säfte überflüßig und schädlich. Der Magen verweigert seine Dienste, und sucht das zum Ueberfluß Vorhandene oder Gegebene durch Erbrechen weg zu schaffen.

§. 17.

Wie entsteht die Entzündung des Magens am leichtesten, und wie verhütet man sie?

Nichts ist daher unvernünftiger, als wenn man kranke Menschen, die keine Lust haben, Speisen zu genießen, unaufhörlich ermahnt und quält, zu essen, aus dummen Wahne, daß sie sonst ganz von Kräften kämen. Diese albernen Helfer fördern durch ihr unnützes und schädliches Gutmeynen so manchen Kranken zur Grube, der sonst wohl hätte können erhalten werden. Sie untergraben alle Stützen, die der Arzt zur Erhaltung des Kranken anwendet. Sie betrügen ihn, und machen ihn irre, indem sie ihre heimliche Nebenhülfe mehrentheils nicht gestehen, ob sie gleich die Verbote des Arztes für leeren Eigensinn halten, und es besser zu verstehen glauben. Sie machen den Magen, der in solchen

Krank-

Krankheiten, zwar entweder zu träge oder zu empfindlich, aber eigentlich nicht selbst krank ist, unmittelbar selbst krank. Sie machen aus Einer Krankheit zwei.

In dieser übeln Beschaffenheit des Magens, die man sich entweder während einer Krankheit, oder schon vorher zugezogen hat, liegt es auch gewiß allein, daß der Magen in eine für ihn selbst und für den ganzen Körper so gefährliche Krankheit, wie seine Entzündung ist, gesetzt werden kann. Bei Verletzungen oder Erschütterungen des Kopfes und des Gehirns, durch Wunden, Schläge und dergleichen, leidet zwar der Magen, wegen seiner vielen, aus dem Gehirne stammenden Nerven, gewaltig mit, und es äußern sich oft in ihm Zeichen der Entzündung, woran Unreinigkeiten desselben keine Schuld haben; aber dieser Zufall richtet sich ganz nach dem Zustande des verwundeten Kopfes, und wird bloß dadurch gehoben, wenn die Kopfverletzung geheilt wird. Ich würde überhaupt dieser Krankheit, weil sie bloß für den wirklichen gelehrten Arzt gehört, hier nicht erwähnen, wenn sie nicht bisweilen in einer Krankheit vorfiele, wo nicht selten gar kein Arzt gebraucht wird, und wo sie und ihre tödtliche Gefahr doch leicht vermieden werden kann. Ich meyne die abscheuliche Pockenkrankheit, eine

Krank-

Krankheit, die wirklich verdient, daß man sie endlich verabscheue und ausrotte, da Mittel und Wege dazu nun bekannt genug gemacht sind. Bei dieser ohne dieß so gefährlichen Pest, wie auch bei den Masern, entsteht oft, wenn der Kranke schon genug gemartert ist, noch eine Entzündung des Magens, die alsdann das leidige Trauerspiel fürchterlich beschließt, indem das Gift von der Haut zurücktritt, und sich auf den Magen wirft.

Man fragt nicht unrecht: warum denn gerade auf den Magen? — Und gewiß, es liegt weder in der Natur des Magens, noch des Giftes, daß es sich dahin wirft. Es ist der Natur der Pockenkrankheit gemäß, daß das Gift auf die äußere Haut abgesetzt wird, und es geschieht allemal, wenn nur in dem Körper selbst keine Hindernisse sind, die diesem Triebe nach der Haut entgegen wirken. Dadurch allein wird die Pokkenkrankheit so gefährlich. Und diese Hindernisse liegen bei tausend Fällen unter tausend und einem immer in einer Verderbung des Magens und der Gedärme. Wenn hier scharfe, grobe, zähe, reizende Unreinigkeiten sich befinden, so wird theils das Blut dadurch verdorben und das Pockengift böser gemacht, theils wird durch den beständigen Reiz der Zufluß der Säfte nach dem Magen stärker, als nach der Haut, und die

Natur

Natur in ihrer Wirkung gestört. Der Ausschlag will nicht recht heraus, eitert schlecht, und tritt durch Erkältung, Schrecken und Ermattung der Kräfte selbst, leicht zurück, und muß sich also dahin am leichtesten wenden, wo Reiz und Zufluß ist.

Dieses Unglück aber läßt sich leicht vermeiden. Man sorge davor, daß das Kind oder überhaupt derjenige, der die Pocken noch nicht gehabt hat, zur Zeit, wenn sie an dem Orte herrschen, den Magen durch ein gutes Brechmittel reinige, und mäßig lebe. Wird er wirklich angesteckt, und äußern sich im Anfange Uebelichkeiten, so kann man auf jeden Fall wieder ein Brechmittel nehmen lassen, und nun verderbe man den Magen nicht durch Leckereyen, Bisquit, Säftchen, oder begehe noch weniger die Tollheit, sich von diesem oder jenem Helfershelfer, treibende oder beruhigende Dinge aufschwatzen zu lassen, so wird jenes gefährliche Schicksal sich nie ereignen.

§. 18.

Andere Krankheiten des Magens.

Zu den langwierigen Krankheiten des Magens gehört der Mangel der Eßlust, widernatürliche Eß-

Eßlust, das Sodbrennen, das tägliche Erbrechen, und jene fürchterliche Plage — der Magenkrampf.

Da alle jetzt genannten Uebel mit dem Magenkrampfe verwandt sind, und mehr oder weniger, stärker oder schwächer bei ihm vorkommen, so will ich ihrer nicht besonders gedenken, weil ohne dieß Gelegenheit dazu seyn wird, indem ich mich bemühen werde, eine verständliche Belehrung über den Magenkrampf selbst zu geben.

§. 19.

Beschreibung des Magenkrampfes.

Der Magenkrampf ist ein heftiger innerlicher Schmerz in der Magengegend, besonders um die sogenannte Herzgrube, wo der Brustknochen sich endiget.

Es giebt zwar auch einen solchen Schmerz, der sich bald, entweder mit Besserung oder mit dem Tode endiget, und von verschluckten Giften oder heftigen Arzeneien verursacht wird, und wobei allerdings der Magen in einem heftigen krampfhaften Zustande sich befindet; allein davon

von ist schon geredet, und es wird hier bloß der langwierige gemeynt.

Er ist in seiner Heftigkeit und Dauer der Zufälle nicht bei allen Personen gleich. Bei einigen dauert der Anfall nur eine Viertelstunde, und manche habe ich wohl halbe Tage lang an einem Anfalle leiden sehen. Einige werden in kurzer Zeit ganz davon befreiet, und Andere müssen sich drei und mehr Jahre von dieser Marter peinigen lassen.

Die Zufälle, die dabei vorfallen, sind ohngefähr folgende:

Der Mensch empfindet ein Drücken in der Herzgrube, das sich schnell in einen pressenden Schmerz verwandelt, und mit Angst und mühseligem Odemhohlen verbunden ist. Ein allgemeines Mißgefühl breitet sich durch alle Nerven des Körpers aus. Man wird übel, muß viel Speichel auswerfen, mögte sich gern erbrechen, man kann aber nicht. Alles scheint wie verschlossen zu seyn, und im übrigen Unterleibe eine ganz eigene Taubheit und Lebloſigkeit zu herrschen. Es erfolgt kein Aufstoßen, das doch immer unter Weges zu seyn scheint, und Stuhlgang und Blähungen sind ganz verhalten. Ei-

nige empfinden beim Anfange des Zufalles einen Frost durch den ganzen Körper, jähnen, und recken sich viel. Einige haben starken Durst, können aber nicht viel trinken, weil es ihnen sogleich widersteht, und sich bisweilen sogar eine Art von Wasserscheue dazu gesellt. Der Urin geht entweder gar nicht, oder nur sehr wenig, und fast wasserfahl ab. Bei manchen verbreitet sich der Schmerz quer durch den Unterleib bis an den Rücken. Oft kommen allgemeine Krämpfe hinzu. Die Unglücklichen zucken mit Händen und Füßen, der Unterleib ist ganz und unwillkührlich eingezogen. Sie sind entweder sehr blaß oder sehr roth, können sich nicht besinnen und fühlen merkliche Verstandesschwäche, sind schlafsüchtig, und sinken auch oft in einen Schlaf mit offenem Munde und halbgeschlossenen Augen. Oft sind die Schmerzen so über alle Maßen heftig, daß sich die Elenden unter jämmerlichen Gewinsel auf der Erde herumwälzen, und sie mit ihren Händen zerkratzen; und da bei oft wiederkehrenden Anfällen des fürchterlichen Uebels der Kopf sehr leidet, und der Verstand immer, auf kurze Zeit wenigstens, geschwächt wird, so ist es gar nichts Seltenes, wenn man dergleichen unglückliche Personen von dem Entschlusse, sich das Leben zu nehmen, deutlich genug sprechen hört. Hat das Uebel einige Zeit angehalten,

ten, so sind solche Personen, auch außer den Anfällen, niedergeschlagen, mißmuthig und träge, theils aus beständiger Furcht vor der Wiederkunft der Schmerzen, theils aus wirklicher Schwäche. Manche, die leicht zu Ohnmachten geneigt sind, endigen auch mehrentheils jeden Anfall mit einer Ohnmacht, und kommen in sofern noch am besten weg, weil die Schmerzen alsdann sogleich nachlassen. Andere fühlen, nachdem sie über und über heiß geworden, als bewegte sich etwas vom Magen herab durch den Unterleib. Es kollert ihnen in den Gedärmen, sie werden wieder wohl, bekommen Aufstoßen, und bisweilen, doch nur in den wenigsten Fällen, Erbrechen oder häufigen Stuhlgang, oder Schweiß. Dieß alles aber schaft das Uebel nicht weg, es kehrt am andern Tage wieder, verstärkt sich durch die Länge der Dauer, und die Anfälle halten länger an. Bisweilen kommen sie zu bestimmten Zeiten, des Morgens beim Aufstehen, oder bald nach Tische; bisweilen binden sie sich an keine Zeit, und überfallen oft mehr als einmal des Tages. Die Kranken fangen an, sich endlich vor jeder Speise zu fürchten, weil sie vermuthen müssen, daß bald darauf das Trauerspiel anhebt, oder weil sie sie größtentheils wieder wegbrechen. Sie zehren sichtbar ab, und wenn das Uebel nicht bald durch die Natur oder

Kunst gebändiget und überwunden werden kann, so entstehen nach und nach immer mehr verdrüßliche und gefährliche Folgen, die die Gesundheit untergraben und zerrütten.

§. 20.

Folgen des Magenkrampfes in Absicht der Nerven.

Der Magenkrampf ist zwar gewöhnlich mehr schmerzhaft als gefährlich oder tödtlich; wenn man aber bedenkt, was für ein wichtiger und zur Erhaltung des Lebens und der Gesundheit nöthiger Theil des Körpers dabei angegriffen wird, wenn man die Hartnäckigkeit überlegt, womit dieß Uebel oft wüthet, so muß man sich vielmehr wundern, daß es nicht unmittelbar tödtlicher ist. Aber die Folgen, die durch das lange Anhalten desselben entstehen, sind gefährlicher, als der Magenkrampf selbst.

Oft nimmt das Uebel nach einiger Zeit ab, und scheint zu verschwinden. Es ist aber nichts weniger als verschwunden. Es verlarvt sich, so zu sagen, und erscheint unter einer andern Gestalt; und dieß ist der Fall bei der bösesten Art des Magenkrampfes. Anstatt der Schmerzen in dem

den Magen stellen sich nun betäubende Kopfschmerzen ein, die die Patienten ganz eigentlich unter dem Nahmen eines Kopfkrampfes angeben. Es sind nicht eben starke Schmerzen, als vielmehr ein dumpfes Spannen und Dehnen und Drücken im Gehirn, das mehrentheils oben den Wirbel, oder die Hälfte des Kopfes einnimmt. Oft ist diese Empfindung den Kranken so unerträglich, daß sie sich dafür lieber den Magenkrampf zu haben wünschen. Während diesem schmerzhaften Spannen im Kopfe sind die Kranken oft nicht im Stande zusammenhängend zu denken, ja endlich, wenn das Uebel fortdauert, und mit andern Uebeln vergesellschaftet wird, artet es in wirklichen vorübergehenden Wahnsinn aus. Die Unglücklichen lachen, und weinen, ohne Grund, und nehmen Dinge vor, die sonst ein vernünftiger Mensch nicht thut.

Dieß sind Folgen, die der Magenkrampf oder vielmehr eine von seinen verschiedenen Ursachen, auf das ganze Nervengebäude hat.

§. 21.

§. 21.

Folgen des Magenkrampfes auf die übrige Gesundheit.

Andere böse Folgen entstehen oft nach hartnäckigem Magenkrampfe in Absicht der übrigen Eingeweide.

Es ist natürlich, daß ein solcher kranker Magen äußerst schlecht die genossenen Speisen zubereiten und den Gedärmen überliefern kann. Die Gedärme selbst leiden ohnedieß schon wegen ihres genauen Zusammenhanges mit, und können unter diesen Umständen um so weniger die Verdauung gut vollenden. Der Stuhlgang ist daher entweder zu flüßig, oder der Leib ist verstopft. Die Säfte, die die Gedärme einsaugen, sind übel zubereitet, es fehlt an guter Galle, und so entstehen nach und nach Verstopfungen in den Drüsen der Gedärme und des Gekröses. Die Absonderungen der übrigen Säfte gehen unordentlich und verwirrt von statten, die Säfte werden immer roher und zäher, und verliehren die Fähigkeit, in ihren Gefäßen gut und leicht umgetrieben werden zu können. Daher endlich allgemeine Erschlaffung des ganzen Körpers, Untauglichkeit zu allen Geschäften, Bleichsucht, Wassersucht, ein klägliches Leben, und ein trauriger angstvoller früher Tod.

Man

Man muß erschrecken, wenn man einen Blick auf dieß fürchterliche Gemälde wirft!

Freilich ist es wahr, daß der Magenkrampf diese Folgen nicht immer hat, und es würde traurig seyn, wenn er sie immer haben sollte. Aber oft, oft genug hat er sie doch; wenn auch nicht alle, doch einen Theil, und oft, oft auch alle, wie sie hier verzeichnet sind. Zumal, wenn der Körper danach ist, wenn er schwach, verwachsen, von ohnedieß schon übeln Säften ist, — wenn der Kranke, — wie dieß häufig dieser Unglücklichen Art ist, — in die Arzeneien hineinstürmt, bald dieß bald jenes gebraucht, unwissenden verderblichen Quacksalbern in die Hände fällt, und das Kostbarste, was er hat, — seine Gesundheit leichtsinnigen Windbeuteln, anvertrauet, die einen Menschenkörper, wie ein Affe eine Uhr, behandeln, und bloß auf gut Glück Arzenei auf Arzenei reichen, ohne Bedacht, ohne wahren Ernst zu helfen. Ist die Maschine noch nicht verdorben, so muß sie wohl auf die Art endlich ganz verdorben und zerstört werden!

§. 22.

Was ist ein Krampf?

Es ist gar nicht unbienlich oder überflüssig, einen deutlichen Begriff davon zu haben, was eigentlich ein Krampf ist, da man dieß Wort so oft gebraucht. Solche Kenntniß überhaupt ist nicht bloß für den Arzt, sondern, als eine Kenntniß der menschlichen Natur an sich, Jedermann nüzlich.

Wenn in oder an dem lebendigen Körper ein Theil, der Empfindlichkeit und Bewegungskraft besitzt, — dergleichen alle mit Muskelfasern versehene Theile sind, gereizt wird, so zieht er sich auf irgend eine Art zusammen. Geschieht dieses Zusammenziehen mit Heftigkeit, und unter unangenehmer oder schmerzhafter Empfindung, so nennt man dieß einen Krampf.

Man kann, bei übrigens gesundem Körper, an sich selbst bisweilen Krämpfe wahrnehmen, z. B. in der Wade, in den Füßen und Zehen, beim Aus- oder Anziehen enger Stiefeln, bei schneller Erkältung der Beine im Wasser beim Baden, bei Fehltritten. Das Niesen, das Jähnen, das Schlucksen, das Aufstoßen des Magens, das Erbrechen, sind Wirkungen eines Kram-

Krampfes. Auch das Lachen geschieht dadurch, und die Thränen werden ebenfalls nur durch Krämpfe herausgepreßt.

§. 23.

Wie entsteht eigentlich ein Krampf?

Die muskeligten oder eigentlichen aus Fleischfasern bestehenden Theile haben zwar keine Empfindlichkeit, — denn diese haben nur die Nerven, — aber sie besitzen eine eigene Reizbarkeit, ein Vermögen, sich auf einen angebrachten Reiz zusammen zu ziehen (§. 4.). Die Nerven sind vorzüglich die Werkzeuge, die durch ihre geheimnißvolle Thätigkeit, — wie man vermuthet, durch eine ganz eigene höchst feine schnelle und wirksame Flüssigkeit, die in ihnen strömt, — die Muskeln zum Zusammenziehen reizen. Durch diese abwechselnde Reizung und Zusammenziehung entsteht die Bewegung des Körpers und seiner Theile. Allein auch ohne den Einfluß der Nerven, können, durch andern an sie gebrachten Reiz, die Muskeltheile sich zusammenziehen, wie man an dem Herzen sieht, welches keine Nerven hat und sich bloß von dem Reize des hineinkommenden Blutes so heftig zusammenzieht und bewegt.

Wird

Wird aber eine Muskel über Gewohnheit zusammengezogen, das heißt, leidet sie einen Krampf, so bleibt sie eine Weile starr in diesem Zustande, und die Bewegung hört so lange auf.

Diese heftige Zusammenziehung eines solchen Theiles entsteht nun ebenfalls, entweder indem die Muskelfasern allein gereizt werden, und in diesem Falle kommt der Schmerz dadurch, daß die zusammengezogenen Fasern die zwischen ihnen sich befindenden Nerven drücken. Der Krampf ist alsdann eher da, und der Schmerz folgt nach, ist übrigens nur dumpf, eine Art kalter Taubheit, und unbedeutend. Wie z. B. der Krampf in den Beinen, bei unrechter Bewegung, wo irgend ein Muskel zu sehr angestrengt und gedehnt wurde.

Oder die Nerven werden gereizt, so, daß sie ihre Kraft auf die Muskeln verstärken, und diese zum heftigen Zusammenziehen bringen. In diesem Falle geht die unangenehme Empfindung vorher, und der Krampf folgt nach. Wie z. B. beim Niesen.

Gewöhnlich aber werden Nerven und Muskelfaser zugleich gereizt.

§. 24.

§. 24.

Ursachen der Krämpfe überhaupt.

Dieser Reiz entsteht entweder durch etwas äußerliches Schädliches, oder durch etwas innerliches Fehlerhaftes.

Zu dem Aeußerlichen sind alle Schärfen zu rechnen, die nicht in den Körper taugen. Zu dem Innerlichen gehört das ungleiche und gestörte Verhältniß zwischen Nerven und Muskeln. Wenn die Nerven zu empfindlich sind, und zu stark wirken, die Muskeln hingegen schwach und wenig fest sind.

§. 25.

Allgemeine Bemerkungen über den Krampf.

Jeder von innerlichen Ursachen entstehende Krampf zeigt an: daß die gereizten Nerven die Kraft der Muskel überwältiget haben; daß also die Nerven entweder aufs heftigste gereizt worden, oder daß die Muskel zu schwächlich war.

Neigung zu Krämpfen giebt zu erkennen: daß die Muskeln überhaupt zu schlaff und schwach und beweglich, die Nerven hingegen empfindlich

lich und ſtark wirkend, folglich für ſolchen Muſkelbau zu ſtark ſind. — Gewöhnlich nennt man einen ſolchen Zuſtand Nervenſchwäche. Das ſollte man nicht thun, es iſt ein unſchickliches verwirrendes Wort. Man wird dadurch verleitet, gegen dieſe Abweichung von der Natur, Nervenſtärkende Mittel zu gebrauchen, die nachher das Uebel nur vermehren. Alle eigentlichen wahren Nervenſtärkenden Mittel, alle geiſtigen wohlriechenden, flüchtigen erquickenden Dinge thun hier gerade gar nichts; ſie vermehren die Kraft der Nerven, und müſſen alſo in der Folge mehr ſchaden als nützen.

Jeder Theil in dem thieriſchen oder menſchlichen Körper, der über ſein gewöhnliches Maaß angeſtrengt wird, leidet dadurch und wird erſchlafft. Dieſe Erſchlaffung richtet ſich nach der vorhergegangenen Anſpannung. So folgt auch auf jeden Krampf eine verhältnißmäßige Ermattung des befallenen Theils. Bei ſchnell vorübergehenden Krämpfen iſt dieſe Folge zwar nicht ſogleich zu bemerken, wenn aber ein Theil anhaltend davon angegriffen wird, ſo iſt dieſe Erſchlaffung bemerkbar genug. Einiges Nieſen, einiges Lachen und Schluckſen, ſchadet nicht, aber lange anhaltend kann es in tödtliche Ermattung ſtürzen.

Jeder

Jeder Theil des menschlichen Körpers, der oft von Krämpfen angegriffen wird, wird also schwach und krank, zu seinen Verrichtungen untauglich, und gewöhnt sich zu Krämpfen. So giebt es Leute, die aus dem Gebrauche der Brechmittel eine Art von Diät machen, oder die von unwissenden Menschenverderbern durch solche Mittel in ungeheurer Gabe und Zahl so zugerichtet werden, daß sie nachher fast keinen Tag hinbringen, ohne sich zu erbrechen.

In einem gesunden Theile des Körpers können Krämpfe nicht lange anhalten.

Wenn irgend ein Theil vor den übrigen zu stark und oft angestrengt wird, so wird er endlich dadurch geschwächt, und zu Krämpfen geneigt gemacht.

Jeder Krampf ist ein widernatürlicher Zustand, und darf daher niemals leichtsinnig betrachtet werden, wenn man nicht die Ursache sogleich als gering erkennt, wie z. B. bei dem Fußkrampfe von Anstrengung, wo die Ursache wenig zu bedeuten hat.

Die Ursache eines Krampfes ist nicht immer in dem angegriffenen Theile selbst vorhanden.

So

So nieset man, wenn man gegen zu helle Wolken oder in die Sonne sieht. Man kann husten, wenn eigentlich der Magen gereizt ist. Es entsteht oft ein Kinnbackenkrampf, wenn saurer Wein, oder bei Kindern saure Milch im Magen ist, und fürchterlich befällt dieser Krampf oft, nach leichten Verwundungen der Ferse und Fußsohlen.

Bisweilen ist gar keine körperliche reizende Ursache da, und bloß Mitleidenschaft der Gedanken und Einbildungen können Krämpfe erregen. So weinen wir, ohne körperlichen Schmerz, so lachen wir, ohne körperlichen Kitzel, so jähnen wir, wenn Andere jähnen, wir können uns einer bloßen Vorstellung wegen erbrechen, und man kann vor Furcht und Einbildung die Epilepsie bekommen.

§. 26.

Ursachen des Magenkrampfes.

Alles was von Krämpfen überhaupt gilt, und bisher gesagt ist, gilt auch von dem Krampfe des Magens. Die Ursachen des Uebels liegen also, entweder in der Beschaffenheit des Magens selbst,

selbst, oder in Schärfen und widernatürlichen Dingen, die sich in ihm befinden. Gewöhnlich ist beides mit einander verbunden.

Um aber der Wahrheit am nächsten zu kommen, müssen wir erst noch einen Blick auf das Uebel selbst thun.

Es ist, leider, eine nicht bloß den Aerzten bekannte Erfahrung, sondern eine Sache, die Jedermann, der nur einigermaßen Umgang mit Menschen und auf die Vorfälle im menschlichen Leben Acht hat, mit Verwunderung gewahr wird, daß nehmlich dieses beschwerliche und verderbliche Uebel immer häufiger unter den Menschen einreißt. Unsre Eltern oder Großeltern haben es nicht gekannt, und seinen Nahmen nicht gehört, und sehen mit Erstaunen, diese neue Pest unter ihren Kindern und Enkeln wüthen. Es wird zwar eingewendet: daß man ehemals nicht so darauf gemerkt, oder dem Uebel vielleicht einen andern Nahmen gegeben habe! — Allein, obgleich auch ehemals der Magenkrampf gewiß schon da gewesen ist, so würde man doch eine solche Krankheit nicht so ganz übersehen haben, und sie für neu halten, wenn sie ehemals so allgemein verbreitet und so hartnäckig und wüthend gewesen wäre. Eine Krankheit, die eben dieser

Eigen-

Eigenschaften wegen jetzt so sehr auffällt. Selbst große vortrefliche Aerzte erwähnen derselben in ihren Lehrbüchern nicht als einer eigenen Krankheit, sondern oft nur als eines Zufalls von nicht großer Bedeutung. Die Magenkrämpfe ehemaliger Zeiten waren von der leichtern Art, das heißt, solche, die bloß in Ansammlung von Unreinigkeiten ihren Grund hatten, und also durch bloße ausleerende Mittel leicht gehoben werden konnten. Solche Zufälle können zu allen Zeiten seyn, aber sie sind keine herrschende Krankheit, verdienen keine vorzügliche Aufmerksamkeit, noch daß man darüber schreibt. Daß man das Uebel anders benannt haben sollte, läßt sich nicht gedenken, da auch der Dummste bestimmt den Magen anklagen und nennen wird, und nichts Anderes, wenn ihm der Magen schmerzt. Wenigstens würden die Aerzte den Nahmen nicht unrecht gegeben haben. Andere vortrefliche Aerzte, die des Uebels, als es anfing, häufiger zu erscheinen, und einheimisch zu werden, besonders erwähnen, behandeln es doch nicht als etwas sehr Wichtiges, und empfehlen Mittel dagegen, die jetzt leider bei zwanzig Fällen kaum einmal Dienste thun. So sehr haben sich die Sachen verändert. Oft muß jetzt einem Arzte ein Grauen ankommen, wenn er bei diesem Uebel zu Hülfe gerufen wird, das oft alle Arzeneikunst verspottet.

tet. Man muß erstaunen über die Menge und Mannigfaltigkeit der Mittel, die oft schon, und alle vergebens, oder nur mit geringem Nutzen, gebraucht sind, und der Arzt sieht sich in Absicht der Arzeneien völlig am Ende seiner Kunst.

Es ist traurig zu hören, wenn man sich in einer nur einigermaßen starken Gesellschaft befindet. Man darf nur das Wort, Magenkrampf, aussprechen, und sogleich wird eine ganze Anzahl auftreten, von Personen, die ihn gehabt haben, oder noch davon gequält werden. Aber nicht etwa schwächliche Frauenzimmer allein sind die Opfer dieses Verderbers, auch zu den Dirnen des Dorfes, auch auf die Dreschdiele hat er sich geschlichen. Oft leidet die gnädige Frau nicht ärger daran, als Kutscher, Lakai und Küchenmagd, der Kammerjungfer nicht zu gedenken, bei welcher es schon beinahe Sitte ist, Magenkrampf zu haben. Ja, was noch mehr, obgleich abscheulich, ist! man rechnet den Magenkrampf zu einem Artikel der Mode. Es giebt eitle alberne Dirnen und süße Herren, die sich, weil der Magenkrampf vorzüglich unter den Vornehmen und Reichen am mehrsten herrschte, eine besondere Ehre daraus machen, sich etwas darauf einbilden, daß sie auch von diesem Uebel angefallen werden. Es ist denn doch an

ihnen nun zu merken, daß sie zu den Vornehmen gehören. Dieses eitle Lüstchen vergeht ihnen zwar bald genug, wenn das Uebel anhebt ernstlicher zu peinigen, und ich versichere diesen Narren auch, daß sie darum um nichts mehr sind, als Stallknecht und Viehmagd, weil diese auch von der vornehmen Krankheit angefallen werden.

Diese so große Ausbreitung des Uebels führt uns ganz richtig auf die Vermuthung, daß in Absicht des Magens große und allgemeine Verderbungen vorgefallen seyn müssen.

§. 27.

Was können dieß für Verderbungen seyn?

Krankheiten, die sich allgemein unter den Menschen verbreiten, haben ihren Grund, entweder in der Luft; so daß einige Krankheiten, z. B. kalte Fieber, in niedrigen sumpfigten Gegenden gewissermaßen zu Hause sind. — Oder der Grund liegt in wirklicher Ansteckung durch Berührung anderer schon kranker Menschen, wie z. B. bei der Pest, bei den Pocken, Masern und dergleichen. — Oder die Schuld liegt an der allgemeinen Lebensweise.

In

In der Luft kann die Ursache des Magenkrampfes nicht seyn, obgleich das Leben in einer schlechten ungesunden Luft zur Entstehung desselben mitwirken kann, übrigens aber der Magenkrampf auch in Gegenden herrscht, die die gesundeste Luft haben. In der Ansteckung kann auch der Grund nicht liegen, weil man unter lauter Magenkrämpflern dennoch gesund leben kann. Es bleibt also nichts übrig, als unsere Art und Weise zu leben.

Dasjenige, durch dessen Vermeidung man ein Uebel vermeiden kann, enthält den Grund des Uebels. — Wer in jener feuchten Luft sumpfiger Gegenden sein Fieber bei aller übrigen Hülfe oft nicht los werden kann, wird davon befreiet, wenn er jene Luft verläßt. Wer sich Zeitlebens vor Annäherung und Berührung der Pokkenkranken hüten kann, bekommt auch Zeit seines Lebens die Pocken nicht. Aus diesen Erfahrungen weiß man also sogleich die erste Quelle des Uebels richtig anzugeben. — Und wenn man durch seine Lebensweise es dahin bringen kann, nie von dem Magenkrampfe befallen zu werden, so muß natürlich der Grund dieses Uebels in der Lebensweise der Menschen liegen.

§. 28.

Verschiedenheit dieser Verderbungen.

In der Lebensweise der Menschen müssen also Fehler begangen werden, die den Magen verderben, Fehler, wodurch Schärfen in ihn gebracht werden, und er selbst geschwächt wird. (§. 24.)

Um diese Fehler aufzufinden, müssen wir unsere Lebensweise betrachten, und ihren Einfluß auf den Magen untersuchen. Wir müssen uns aber hüten, den Magen nicht bloß als Werkzeug der Verdauung zu betrachten, ob gleich er dieß eigentlich und vorzüglich ist; wir müssen bedenken, daß er überhaupt ein Theil der menschlichen Maschine ist, daß er große Empfindlichkeit, viele Nerven, und dadurch einen großen Zusammenhang mit dem ganzen übrigen Menschen hat.

Wir dürfen also nicht bloß bei den Fehlern der Verdauung stehen bleiben, die durch Essen und Trinken bewirkt werden, sondern wir müssen auch alle übrigen Fehler und Unordnungen unserer ganzen Lebensart ansehen, ob sie gleich in Absicht des Magens nur in einem Punkte, in der bewirkten schlechten Verdauung, übereinkommen.

Ich

Ich will diese Fehler aufzählen, ihre Folgen darstellen, und Rath geben, so viel ich weiß, so viel ich für Jedermann nöthig und brauchbar halte.

Zuförderst wollen wir den Magen als Werkzeug der Verdauung betrachten, und sehen, wie er als solches Werkzeug kann verderbt werden.

§. 29.

Was ist üble Verdauung?

Was die Verdauung ist, wie sie geschieht, und was zu ihr erfordert wird, ist schon (§. 8.) gezeigt. Unter diesen Umständen ist die Verdauung der Natur gemäß, das heißt, gut. Sie geschieht leicht, ohne Ungemach des Magens, und mit dem besten Wohlseyn des ganzen Körpers. Bei übler Verdauung findet natürlich das Gegentheil Statt. Der Magen selbst und der ganze Mensch sind nicht wohl.

Es ist aber die Verdauung schlecht, wenn der Magen entweder zu geschwind oder zu langsam wirkt, wenn die genossenen Nahrungsmittel nicht gehörig zertheilt, schlecht gemischt und zu roh

roh den Gedärmen zugeführt werden, so daß diese wenig oder nur schlechten Nahrungssaft aus ihnen ziehen können. Die Schuld liegt entweder an dem Magen, oder an den Speisen.

§. 30.

Was soll der Mensch genießen?

Der Weltschöpfer hat eine unendlich reiche Welt erschaffen, und die lebendigen Wesen gleichsam mitten in einen Garten voll Ueberfluß gesetzt, wo es ihnen zu ihrer Ernährung an Nichts fehlen sollte. Eine wörtliche Vorschrift des Schöpfers über das, was die lebendigen Wesen genießen sollten, ist nicht da; aber er gab ihnen Fähigkeiten, die Nahrungsmittel aufzufinden.

Die Thiere finden die ihnen zuträgliche Nahrung bloß durch Instinkt oder Naturtrieb, der ihre Sinne zu Wegweisern hat. Jedes, bis auf das unsichtbare, den bloßen Augen verschwindende Insekt herab, findet seine angenommene Nahrung, wodurch es wächst und gedeihet. Die mehrsten unter ihnen leitet dieser Instinkt nur auf gewisse einzelne Nahrungsmittel, und läßt sie die übrigen Millionen Arten nicht berühren. Der

Mensch

Mensch steht wie ein Herr unter diesen allen, die ganze Schöpfung ist ihm zum Gebrauche übergeben. Was ihm der bloße Naturtrieb nicht räth, zu wählen, das räth ihm Erfahrung und Vernunft. Seine Nahrung ist die mannigfaltigste und beinahe alle Dinge, wovon irgend nur ein Thier lebt, genießt der Mensch, und kann es genießen. Das Pflanzenreich so gut wie das Thierreich ist seine Speisekammer, er sucht seine Nahrung, wo sie der Löwe, und da, wo sie das Schaaf und der Stier sucht. — Dieß ist sein Instinkt oder Naturtrieb, und dieser würde ihn eigentlich eben so wenig verleiten, fehl zu greifen, und Schädliches zu wählen, als er es bei den Thieren thut.

Allein dieser Instinkt ist bei dem Menschen nicht so fest und unwandelbar als bei den Thieren. Der fähigere Verstand des Menschen macht, daß der Instinkt nicht allein ihn leiten kann. Nicht genug, daß dem Menschen freie Wahl unter seinen Nahrungsmitteln überlassen ist, er hat auch das Vermögen, die Nahrungsmittel durch Kunst zu verändern, sie angenehmer, reizender und zur Verdauung geschickter zu machen.

In den Nahrungsmitteln selbst, auf die der bloße Instinkt den Menschen führt, zu denen er

bloß

bloß durch seine Sinne geleitet wird, ist, so wie sie die Natur darbietet, nichts Schädliches enthalten, ohne etwas Abschreckendes zu haben, und dieses kann der Mensch aus bloßem Naturtriebe nicht erwählen (§. 11.). Wenn er daher fehl greift, und schädliche Nahrung nimmt, so liegt die Schuld bloß an seinem Verstande, der seinen Instinkt hintergeht, und irreführt, und an der Veränderung der natürlichen Nahrungsmittel durch Kunst.

Es würde thörigt seyn, dem Menschen diese Veränderung der Nahrungsmittel durch Kunst als widernatürlich und schädlich vorzustellen. Denn diese Veränderung ist oft wahre Verbesserung, und dazu hat der Schöpfer dem Menschen mehr Verstand gegeben, als den Thieren. Die Anwendung des Feuers bei Zubereitung der Speisen macht den größten Theil derselben zur Verdauung geschickter, als sie in ihrer natürlichen Rohheit sind. Das Nahrungsmittel verliert dadurch nichts und erhält keine schädlichen Eigenschaften und man würde den Menschen zum Viehe herabwürdigen, wenn man ihm sagen wollte, daß er seine Hülsenfrüchte, sein geschlachtetes Thier roh essen müsse, weil dieß natürlicher sey. Ja, der Mensch kann es, aber er braucht es nicht.

§. 31.

§. 31.

Warum soll der Mensch seine Nahrungsmittel veredeln?

Der Mensch ist kein bloßes Thier, er soll nicht bloß seinen Körper, sondern vorzüglich seinen Geist ausbilden. Es ist aber unläugbar gewiß, daß die Art unserer Nahrung auf die Ausbildung unsers Geistes großen Einfluß hat. Es ist nicht gut möglich, daß ein Mensch, der roh, wie das Thier, sich nährt, stark am Verstande werde. Rohe Nahrungsmittel geben rohe, grobe Nahrungssäfte, folglich auch für das Gehirn. Von der Natur der Säfte hängt der Zustand der festen Theile, auch der Zustand der Nerven und des Gehirns ab, und man kann mit höchster Wahrscheinlichkeit behaupten, daß von der gröbern oder feinern Beschaffenheit und Ausbildung unsers Gehirnes auch die größere oder geringere Fertigkeit unsrer Seelenkräfte abhange.

Die Erfahrung bestätiget dieß bei allen wilden, rohen Völkern, und jede Nation, die in Veredlung der Nahrungsmittel vor einer andern voraus ist, hat auch in Geistesbildung Vorzüge.

§. 32.

Wie weit sollte aber diese Veredlung gehen?

So angemessen und erlaubt es aber dem Menschen ist, seine Nahrung zu verändern, und zu verfeinern, so fehlt er doch darin, daß er mit dieser Veränderung zu weit geht. Er sollte bedenken, daß die feinern Theile des Körpers und der Geist nicht allein ausgebildet werden müssen, sondern auch eben so gut die gröbern. Nicht Nerven allein, sondern auch Muskeln und Knochen. Beides muß im guten Zustande und richtigen Verhältnisse unter einander seyn, wenn der Mensch am Leibe und Geiste gesund seyn will.

Wenn die Nahrungsmittel zu sehr verfeinert sind, so werden die festen Theile zu wenig genährt, und die feinern zu viel; es kommt also ein ungleiches Verhältniß heraus, und die körperliche Gesundheit und Stärke muß darunter leiden. Und was ist endlich alle größere Fertigkeit der Seelenkräfte, wenn der Körper schwach und kränklich wird? Bei aller ihrer erlangten größern Thätigkeit leidet die Seele nun wieder durch ihren Körper, und kann nun ihrer Vollkommenheit nur ärmlich froh werden.

Nie also darf der Mensch in Veränderung seiner Nahrungsmittel zu weit von der Natur abwei-

weichen, ohne Schaden zu leiden. Und wenn auch nicht immer dieser Schaden bei dem einzelnen Menschen gleich sichtbar wird, so geschieht es doch endlich bei dem ganzen Volke, das diese Veränderung zu weit treibt.

§. 33.

Welches sind die Kennzeichen zuweit getriebener Verfeinerung?

Alle Dinge, zu deren Bereitung eine zu mühsame Kunst erfordert und eine mannigfaltige Zusammensetzung angewendet wird, können keine guten tauglichen Nahrungsmittel abgeben. Alle Speisen, die durch die künstliche Veränderung Bestandtheile erhalten, die durch die Verdauung nicht in Fleisch und Blut verwandelt werden können, Bestandtheile, die in unsern Säften nicht Statt finden dürfen, alle diese haben eine zu weit getriebene Verfeinerung erhalten. Nicht die Ernährung des Körpers wird dadurch befördert, sondern bloß Zunge und Gaumen gekitzelt.

§. 34.

Was wirken solche übertriebene Verfeinerungen auf den Magen?

Durch ihren Reiz setzen solche Speisen den Magen in überaus große Thätigkeit, und indem sie zugleich keine guten stärkenden Nahrungssäfte geben, so wird der Magen dadurch geschwächt und zu Krämpfen geneigt gemacht. Heftig arbeitet der Magen, um diese reizenden Speisen weiter zu schaffen, und eben so arbeiten auch die Gedärme, die die Nahrungssäfte des Reizes wegen nicht rein aussaugen können. Der Stuhlgang erfolgt zu geschwind, und der Körper wird nicht genährt. Besteht nun gar die tägliche Nahrung aus solchen Speisen, so wird der Magen dadurch so verdorben, daß er die eigentliche Eßlust verliert, daß er immer noch Ueberbleibsel in sich behält, die um desto schärfer werden und Sodbrennen, Uebligkeiten und Krämpfe erregen. Die Gedärme werden selbst dadurch endlich so schwach, daß der Stuhlgang entweder zu häufig und flüßig, oder zu selten und hart ist.

§ 35.

Was sind eigentlich Nahrungsmittel, und welche sind es nicht?

Alle Dinge in der Welt sind, in Rücksicht thierischer Verdauungswerkzeuge, entweder solche, die durch die Kräfte der Verdauungswerkzeuge in Bestandtheile des thierischen Körpers können verwandelt werden; das sind Nahrungsmittel — oder sie können nicht darin verwandelt werden, und sind — entweder solche, die Veränderungen in dem Körper hervorbringen, und heißen, nachdem die Veränderung schädlich oder nüzlich ist, Gifte oder Arzeneien; — oder solche, die bloß durch ihre Schwere wirken, und ungenießbare Dinge sind, als Stein, Holz und dergleichen.

Alle Speisen daher, die nicht in Bestandtheile des menschlichen Körpers verwandelt werden können, sondern Veränderungen in ihm erregen, sind keine Nahrungsmittel, können auch nicht im Körper bleiben, sondern müssen wieder heraus. Alle genommenen Arzeneien müssen, durch Brechen, oder Stuhlgang, oder Schweiß, oder Urin, oder Speichel, wieder aus dem Körper. Von den Giften versteht es sich von selbst. Aber auch der größte Theil eines guten Nahrungsmittels, z. B. des Brodtes, der Milch, muß wieder

fort,

fort, weil er nicht kann in Bestandtheile des menschlichen Körpers aufgelöst werden. Der eigentlich ernährende Theil bleibt daher immer der geringste.

Alle Salze, alle flüchtige gewürzhafte Dinge, alles Ranzige, alle verbrannte Fettigkeiten, aller zäher Schleim, gehören hierher. Sie können nicht zu Blut und Fleisch werden. Sie reizen, als Nahrungsmittel angewandt, den Magen unnützer Weise zu sehr, verderben die Säfte, indem sie sich und je mehr sie sich einschleichen, und müssen wieder heraus.

§. 36.

Wie entfernen sich Speisen noch auf eine andre Art von der Natur?

Speisen, die von jenen vorher genannten Schärfen und unnützen Eigenschaften voll sind, sind zu sehr verändert, und von der Natur guter Nahrungsmittel entfernt. Aber auch auf andere Art können Speisen sich von der Natur guter Nahrung entfernen, und dem Magen schädlich werden, durch Hitze und Kälte.

Heiße Speisen bringt die Natur gar nicht hervor, und eine Kälte, die der Zunge und dem Magen

Magen zu empfindlich ist, findet ebenfalls in keinem Nahrungsmittel Statt, ohne es selbst zu verderben. Das Wasser, so wie es die Natur zu Tage bringt, in Quellen und Flüssen, ist nie zu kalt. Im Sommer, wo Erkältung des Magens am schädlichsten wäre, ist das offene Wasser von Luft und Sonne gemäßigt. Im Winter fühlt der Magen die Kälte des Wassers so sehr nicht; und wäre es Eis, so würde der unverwöhnte Mensch es nicht unaufgethauet genießen. Brunnen, worin das Wasser gerade in der Sommerhitze eiskalt zu seyn pflegt, hat die Natur nicht, sondern der Mensch gemacht. Allein die Kälte schadet dem Magen nur bei allzugroßer Erhitzung, und vorzüglich, wenn er mehr an warmes oder heißes Essen und Trinken einmal gewöhnt, und schwach ist.

Die Wärme und Hitze ist überall am menschlichen Körper erschlaffend. Wer Belieben hat, früh ein Gesicht voll alternder Falten und loser lockerer Haut zu bekommen, der wasche sich fleißig mit warmem Wasser, so kann er seinen Wunsch bald erfüllen, und wer seinen Magen zu schwächen geneigt ist, trinke mehr warm, und esse mehr heiß, als kalt.

Die

Die Wilden sind große Liebhaber vom warmen Essen, aber sie hüten sich wohl, heißes zu genießen, und zu warmen Getränken werden sie nur durch uns verleitet.

§. 37.

Welches sind in unsrer Lebensordnung die verdächtigsten Nahrungsmittel, die dem Magen am nachtheiligsten sind, und am mehrsten zum Magenkrampfe Anlaß geben?

Unter der großen Menge erkünstelter Nahrungsmittel, zeichnen sich einige durch den Nachtheil, den sie im Magen stiften, vorzüglich aus. Dahin gehört:

Alles durch Braten verdorbene Fett, es sey Butter, Schmalz oder Oel. — Alles Fett, welches als Fett in den Magen kommt, erschlafft ihn an und durch sich selbst schon, und erfordert die innigste Mischung mit den andern Speisen, und Magensäften und Galle in den Gedärmen, wenn es soll in die Blutmasse aufgenommen werden. Das Fett selbst, welches aus den in den Nahrungsmitteln verborgenen Oeltheilen sich in den Säften des Körpers entwickelt, wird als etwas Ueberflüßiges und weder zu Blut noch Fleisch

noch

noch Nerven gehöriges abgesondert, und ausgeschieden, wo es nur zur schützenden Bedeckung unter der Haut und auf einigen innerlichen Theilen von der Natur angewendet wird. Diese Bedeckung ist zwar dem Körper nöthig, aber es bedarf dazu nicht des Fetteſſens selbst, indem in allen guten Nahrungsmitteln schon so viel Oeltheile vorhanden sind, als die Natur nöthig hat, den Körper damit zu versehen. Das Fettseyn oder Mästen des Körpers ist so wenig gute Gesundheit, als Unbequemlichkeit und Lästigkeit bei allen körperlichen Bewegungen empfinden, welches doch unmittelbar mit dem Fettseyn verbunden ist.

Wie wenig der Genuß des Fettes dem Magen zuträglich ist, läßt sich schon aus der Unbehaglichkeit und Trägheit, die man nach dem Genusse vieles Fettes empfindet, aus dem Gefühl von Schwere und Druck in dem Magen, und aus dem höchst unangenehmen scharfen Sodbrennen, das sehr leicht danach entsteht, abnehmen: Dieß Sodbrennen wird durch die angreifende Schärfe, das Ranzige, wozu alle fetten Sachen in der Wärme geneigt sind, verursacht, und man kann aus der freſſenden brennenden Empfindung, die es im Schlunde, der an solche Schärfen nicht so gewöhnt ist, als unser Magen leider von Jugend

auf daran gewöhnt wird, erregt, urtheilen, wie sehr der Magen selbst dadurch angegriffen werden muß, ob wir es gleich nicht immer bemerken.

Ist nun aber dem Fette jene Schärfe schon durch das Braten mitgetheilt, ehe es in den Magen kommt, was muß es da nicht noch erst werden. Verdauen kann es der Magen auf keine Weise, und am andern Tage erfährt man oft durch das Aufstoßen, daß es sich noch im Magen verweilt. Empfindliche schwache Magen werden durch den fressenden und anhaltenden Reiz um desto mehr angegriffen, und unter allen verderblichen Nahrungsmitteln, die den Magenkrampf bewirken können, steht gebratenes Fett oben an. Personen, die zum Magenkrampfe geneigt sind, und ihn schon öfters ausgestanden haben, dürfen sich oft nicht unterstehen, ein einziges Semmelscheibchen in Brühe von gebratenen Würsten getaucht zu genießen, wenn sie nicht wollen, daß ihre Marter auf das grausamste wiederkehren soll; besonders wenn die Brühe aus Weißbier und gebratener Butter besteht. Sie machen dabei die Bemerkung, daß sie dieser Brühe solche Schädlichkeit nicht zutraueten, da sie doch ihre Semmel in reine braune Butter getaucht genießen könnten. Diese Bemerkung ist oft richtig und hat ihren guten Grund. Bloße zerlassene, sogenann-

nannte braune Butter ist noch immer ein halb mildes Oel, und das eigentlich braun Gebratene darin, der käsigte Theil und das Salz, enthalten die ranzige Schärfe. Wollte man die Butter ganz so brennen, so würde sie nicht zu genießen seyn, oder ebenfalls jene heftige Wirkung erregen, oder allenfalls, wie ein Purgiermittel, häufige Stuhlgänge machen, wie dieß nicht selten geschieht. Wird die Butter aber mit säuerlichen Flüssigkeiten, wohin das Weißbier gehört, dem Feuer ausgesetzt und gebraten, so macht das säuerliche Bier, daß sich die ranzige Schärfe, die selbst eine Art Säure ist, desto allgemeiner entwickelt.

Menschen, die viel solche fette und besonders mit gebratenem Fette bereitete Speisen genießen, mögen nur nicht triumphirend über solche Warnung lachen, weil etwa das Eine, daß sie Magenkrämpfe davon bekommen, bei ihnen nicht eintrift! Endlich folgt das Uebel, das dieses unbezwingbare Gift, die Ranzigkeit, in dem Körper anrichtet, dennoch nach. Es verpestet ihre Säfte, sie bekommen die widerspänstigsten Hautausschläge, besonders an den Beinen, offene fließende Schaden, Gichtschmerzen, und fügt es sich, daß sie irgend eine Wunde bekommen, oder in ein hitziges Fieber fallen, so entdeckt sich der in ihnen wohnende Verderber besonders.

Es ist übrigens gar nicht zu erwarten, daß die Menschen dieses den lüsternen Gaumen reizende Gift von ihren Tischen verbannen sollten, weil sie nichts thun, wenn ihrer Wollust Abbruch dadurch geschieht, aber mäßiger sollten sie seyn in dem Genusse desselben, und wenigstens solche Sachen, als z. B. die von den ausgeschmolzenen Schweinflaumen übrig bleibenden sogenannten Gröben, eine auf alle Fälle für den Magen nachtheilige Speise, gänzlich verwerfen. Am allerwenigsten sollte man Kindern den Magen dadurch verderben, und Herrschaften, die denn doch mehr seyn wollen, als ihr Gesinde, sollten auch edler seyn, und nicht einen so unnützen, gar keine Kraft und Nahrung gebenden schädlichen Abgang, wie die Gröben sind, ihrem armen Gesinde bestimmen, weil das, wie sie sagen, wohl fressen muß, was ihm vorgesetzt wird. — In der That, sehr honett! — Aber, sagt man, solche Leute essen das gern! — Mögen sie doch! du aber, Herr, oder Frau, solltest dich auch ein wenig über die Vernunft solcher Leute erheben, und ihnen das entziehen, was ihnen schädlich ist, am allerwenigsten ihnen aufdringen!

Das Schmalz von Schweinen und Gänsen ist für den Magen weit nachtheiliger als Butter. Es erweicht und erschlafft weit mehr, und hemmt die

die Ausdünstung gewaltig, selbst gleich nach dem Genusse, und ehe etwas davon ins Blut gegangen ist. Wie dieß zugehe, lese man im §. 40.

Diese Schmalze sind für die Zunge weit leckerer, als die Butter, weil sie mehrentheils schon etwas Verbranntes oder Ranziges in sich haben, da sie durch Hitze zubereitet werden. Magenkrämpfler sind mehrentheils sehr leckerhafte Personen, und essen gar zu gern Schmalz, zu ihrem eigenen Schaden. Wenn es ihnen auch von einem Arzte untersagt wird, so betrügen sie den Arzt, wenn sie nur einigermaßen Frieden vor ihrem Uebel haben, und, schwach überhaupt, wie sie sind, essen sie ihr Gift heimlich. Solche Unvernunft läßt sich nicht bessern, als durch Leiden, und man muß solche Personen ihrem Schicksale und ihren Lüstchen überlassen, bis sie klug werden.

Hierher gehört auch der Speck, vorzüglich sein Gebrauch beim Spicken anderes Fleisches. Durch das Räuchern ist mehrentheils der Speck schon halb ranzig geworden, und durch das Braten wird er es ganz. Diejenigen, die am Magenkrampfe leiden, wissen es, welche Marter ihnen dergleichen gespickte Speisen, und sollte es auch nur ein Täubchen seyn, verursachen, und können Zeugniß geben, ob überhaupt eine solche Zu-

Zubereitung gesund und nüzlich sey. Da indessen, wer Geld hat, und vornehm seyn will, ohne gespickte Speisen nicht seyn mag, weil die mehrsten unter ihnen nicht wissen, wozu sie anders ihre Pfennige anwenden sollen, so wird der Magenkrampf, der bei unsrer Lebensart zuverläßig immer weiter einreißen wird, sie allein bekehren müssen; denn Leckermäuler haben mit Vernunft nichts zu thun.

Die armen Tagelöhner oder Ackerknechte sind zu bedauern, weil es unter ihren Herrschaften Sitte ist, Speck zu den vorzüglichsten Nahrungsmitteln jener armen Leute zu rechnen. Man ist im Stande, sich darüber zu wundern, wie der Magenkrampf bei einem armen Dröscher einkehren könne, wo ich selbst ihn oft mit der größten Wuth vorgefunden habe. Ich sollte glauben, daß man sich nicht mehr darüber wundern würde, wenn man die tägliche Kost eines solchen armen Mannes ansieht, die oft, bloß aus Kaffee, Brandtwein, sauerm Brodte und Speck, nebst faulem Käse besteht, wozu denn noch schlechtes saures Bier kommt! Nahrungsmittel, unter denen kaum zwei ein wenig wahre Nahrung, die übrigen aber bloße unnüze scharfe Säfte geben! — Kein Wunder, wenn der Mensch unter solchen Umständen seinen Magen verdirbt; kein Wunder,

der, wenn er in seinen besten Jahren von Kräften kommt, und alt und hinfällig wird. — Die gerühmte Gesundheit solcher Leute, und auch der mehrsten Bauern, ist eine Lüge. Bei der mehrentheils höchst ungesunden Nahrung müßten sie wirklich noch weit mehr von Krankheiten leiden, wenn nicht ihre Unempfindlichkeit ihnen eine Brustwehr gegen leichtere Angriffe des Verderbens wäre.

Das Butterbrodt ist von einigen Aerzten verdächtig gemacht. Im Ganzen haben sie daran unrecht gethan. Es giebt Personen, die bei ihren Magenkrämpfen oft weiter nichts vertragen können, als Butterbrod. Aber freilich ist zwischen Butter und Butter, zwischen Brodt und Brodt, ein großer Unterschied. Schlechte ranzige Butter verdirbt das beste Brodt, und schlechtes zähes Brodt verdirbt die beste Butter. Schlechtes Brodt mit ranziger Butter ist dann freilich ein elendes und ungesundes Nahrungsmittel. Gute frische reine Butter, und spärlich genossen, ist unter allen Fetten, die der Mensch genießt, das unschädlichste; und gutes lockeres, nicht übersäuertes Brodt gehört zu denen Nahrungsmitteln, die am besten ernähren, und niemals schaden. Aber, leider, ist es zum Erbarmen, wie es in so vielen Städten und Dörfern

fern mit der Beschaffenheit des Brodtes steht! — Schlechtes unausgebackenes, klebriges und übersäuertes Brodt, das beim Kauen sich immer in teigige Klumpen häuft, ist natürlich ein sehr ungesundes Nahrungsmittel. Es belastet den Magen, erfordert übermäßige Verdauungskräfte, blähet sehr lange, und hinterläßt zähen bösen Schleim, so daß der Magen aufs äußerste dadurch geschwächt wird. Dieser zähe Schleim, der sich in dem Magen anhäuft und an seine Seiten fest anklebt, so, daß oft ein sehr starkes Erbrechen erfordert wird, um ihn weg zu schaffen, verdirbt sowohl den ganzen Körper, und macht, indem er die feinen Gefäße verstopft, die Menschen bleich, matt, und ihre trägen Säfte zur Fäulniß geneigt, als auch ist er eine sehr gewöhnliche Ursache des Magenkrampfes. Die armen Kinder besonders, denen solch schlechtes Butterbrodt gekauet und, oft wider ihren Willen, eingepfropft wird, müssen oft sehr an solchem Magenkrampfe, den man das Herzspannen zu nennen pflegt, leiden, und werden im eigentlichsten Verstande zu Tode gefuttert.

Ob Kuchen, besonders fetter, und überhaupt alles sogenannte Backwerk Magenkrämpfe erregen, befördern und unterhalten könne, frage man diejenigen, die an diesem Krampfe leiden, und durch herbe Erfahrungen gezüchtiget, end-

endlich sich wohl entschließen müssen, alles Kuchenwerk wie eine Schlange zu fliehen. Besonders frisch genossen gehört Kuchenwerk zu den Leckereien, wodurch schon so Mancher seine Verdauungswerkzeuge auf Zeitlebens verdorben hat.

Stark geräuchertes Fleisch, vorzüglich aber die alten ranzigen widrigen Knack- oder Knapp- und Blut- oder Rothwürste, geräucherte Heringe oder Pöklinge, Aale, der unverdauliche eingesalzene Stockfisch, das unauflösliche hartgesottene Eyweiß, es sey roh, oder in fetten Pfannkuchen versteckt, sind Verderber des Magens, und haben bei ihrer gewissen Schädlichkeit auch nicht das geringste Gute an sich. Die erstern erregen schon im Schlunde ein Kratzen und Brennen, und der gewaltige Durst, der nach ihrem Genusse folgt, beweist hinlänglich, wie sie den Magen angreifen, der, so zu sagen, sein Verlangen zu erkennen giebt, diese feindlichen Schärfen wegzuspülen.

Es sind unter den festen Nahrungsmitteln freilich noch viele, die übel ernähren, und dem Magen schädlich sind, als Austern, alte welsche Nüsse, bittere Mandeln, von deren Genusse sehr viele Thiere, und selbst die Affen, sterben; allein dieser kann ich hier nicht eigentlich als solcher

cher, die den Magenkrampf erregen, gedenken, theils weil sie nicht gewöhnliche Kost sind, theils weil sie durch ihre Widrigkeit, oder durch ihre Beschwerden des Magens, nie gewöhnliche Kost werden. Weil sie doch im Ganzen nur selten genossen werden, so haben sie an dem Einreißen des Magenkrampfes zu wenig Antheil, ob sie gleich nachtheilig sind.

Unter den Getränken, die den Magen der Menschen die willkommensten Meuchelmörder sind, gehört denn wohl die Oberstelle dem heiligen Lieblingstranke, dem Kaffee, — der dem lüsternen Europa jährlich ein fünf Millionen Thaler, und dem armen Negersklaven so manche Lebensfreude kostet, — der so oft verdammt, und in Schutz genommen, und dennoch unnütz, schädlich und verderblich ist, und bleiben wird. Alles, was dem Magen nachtheilig seyn kann, vereiniget sich vollkommen in diesem Getränke: verbranntes Oel, und Wärme. Was verbrannte Oel- oder Fetttheile wirken, ist schon erzählt, auch die erschlaffende und abspannende Wirkung der warmen Flüssigkeit ist schon bemerkt. Man überlege dieß, und gestehe, daß der Kaffee nichts Anders thun kann, als schaden. Es ist lächerlich, wie die Gaumenwollust die Menschen angetrieben hat, dieses Getränk, das

sie

sie nicht missen wollen, aus dem bösen Rufe zu bringen. Der Eine, indem er gestehen muß, daß der Kaffee durch sein verbranntes Oel schädlich ist, Wallung, Hitze, Zittern der Glieder verursacht, trinkt ihn sehr schwach, und gewöhnlich desto mehr; vergißt aber dabei, daß er heißes erschlaffendes Wasser trinkt. Der Andere, der dem heißen Wasser Schwächung des Magens zuerkennt, macht seinen Kaffee desto stärker, in der Hoffnung, den Magen dadurch zu stärken. Ein Dritter glaubt Alle zu übertreffen, und brennt die Bohnen nur schwach, damit das Oel nicht zu sehr anbrenne, überdenkt aber nicht, daß er aus dem Kaffee nichts weiter ausziehen kann, als die angebrannten Theile, und es also gleich viel ist, er brenne die Bohnen stark, oder schwach, weil er im leztern Falle nur desto mehr nehmen muß, wenn er nicht bloßes Wasser trinken will. Wieder Andere glaubten, das Nachtheilige in der Zeit zu finden, wo man den Kaffee trinkt; und da hält nun Einer den Morgen, der Andere den Nachmittag für besser. Gute Fresser machten dann die Bemerkung, daß ihnen besser zu Sinne ward, wenn sie ihren überladenen Magen durch ein starkes Reizungsmittel anspornten, und fanden dieß Mittel im Kaffee, den sie also bald nach der Mahlzeit zu trinken riethen. Nach andere preisen ihn, weil er ihnen offenen

Leib

Leib macht, bedenken aber nicht, daß die Schwächung ihrer Verdauungswerkzeuge durch dieses Getränk eben an dem Mangel des offenen Leibes Schuld mit ist. Sie machen es wie die Wein- und Brandtweinsäufer, die ihr Uebelbefinden vom gestrigen Rausche durch neues Trinken vertreiben. Das einzige Gute also, was man von dem Kaffee sagen könnte, wäre, daß er den Magen und die Gedärme zur Fortbewegung der Speisen antreibt. Es wäre also eine Arzenei. Welcher vernünftige Mensch wird denn aber täglich Arzenei nehmen? noch dazu eine solche, die schädliche Theile und Schwächung hinterläßt? — Es ist gar kein Zweifel, daß die große Allgemeinheit und durch alle Stände fortgehende Wuth der Magenkrämpfe vorzüglich der Allgemeinheit und durch alle Stände sich jetzt verbreitenden Gewohnheit des Kaffeetrinkens zuzuschreiben sey; besonders wenn man die übermäßige Menge bedenkt, worin er oft getrunken wird, — so, daß mancher unkluge Gelehrte oft den ganzen Morgen weiter nichts thut, als bei seinen Büchern krumsitzend Kaffee trinken, und der albernsten Zofe in dieser Thorheit oft den Rang abtrinkt.

Noch ist zu bemerken, daß außer dem Schaden, den heißes Wasser und angebranntes Oel verursachen, in diesem Oele des Kaffees eine

den

den Nerven nachtheilige Kraft steckt. Es bringt die Nerven in große Thätigkeit, wie diejenigen wissen, die, um besser wachen zu können, Kaffee trinken; aber, wie alle solche Mittel, hinterläßt es, nachdem dieser Rausch vorüber ist, die größte Schwäche und Hinfälligkeit. Wie kann ein solches Mittel als Nahrungsmittel in dem Magen etwas Anders thun, als ihn zu Krämpfen geneigt machen?

Der Thee, wenn er gleich so schädlich nicht ist, als der Kaffee, bleibt dennoch immer ein unnützes, schwächendes Getränk, besonders, da er ebenfalls Nervenbetäubende Kräfte hat. Soll denn einmal warmes Getränk genossen werden, warum wählen wir nicht, statt dem Chineser sein unnützes Strauchblatt abzukaufen, unter unsern Kräutern, und bereiten uns einen für den Magen und Nerven heilsameren Trank. Wir haben die schöne Fliederblüthe, wir haben den Nervenstärkenden Salvei, die Melisse, die Pfeffermünze, die Chamille, — lauter Pflanzen, die den Nerven wohlthun, und Krämpfe lindern, Magen und Gedärme beleben, und nicht schwächen, wenn man einen solchen Thee besonders nicht heiß, sondern nur lau trinkt, den man sich übrigens durch ein gehöriges Verhältniß nach seinem

seinem eigenen Geschmacke sehr angenehm zubereiten kann.

Die Bestandtheile der Chokolate geben ihr zwar als starkes Ernährungsmittel den Vorzug vor dem Kaffee und Thee; aber ihre schwächende Kraft ist zu groß. Und hat nicht die gebrannte Cacaobohne eben jenes ranzige Oel, das die Kaffeebohne hat? — Die Gewürze sollen die schwächende und den Magen belästigende Eigenschaft dieses Getränkes mindern, aber sie setzen selbst das ranzige Oel darin erst recht in Thätigkeit. Neben der Trägheit und der mit Jähnen und Schlafsucht verbundenen Schwere des ganzen Körpers, die die Chokolate bewirkt, zeugt auch das sehr leicht nach ihrem Genusse erfolgende Sodbrennen ihre Nichtsnutzigkeit als Nahrungsmittel an. Nur ein sehr oberflächlicher Kopf kann ihr stärkende Kräfte beimessen, nur ein sehr unkluger Mensch kann sie schwachen, von Krankheiten genesenen Personen zur Herstellung ihrer Kräfte empfehlen. Darum, weil sie wollüstig macht, ist sie nicht stärkend, denn dieß hat sie mit dem, was sie eigentlich bewirkt, mit der Faulheit, gemein. Stärkende Mittel machen Geist und Körper rasch, munter, und froh, nicht aber schläfrig, und dumm. Jede Chokolate benimmt die Eßlust sehr, und macht, daß man

wieder

wieder zu andern reizenden Dingen seine Zuflucht nehmen muß. Wie kann der Magen davon Vortheil haben? — Wenn man aber Gesundheits-Chokolaten ausposaunt, die so gar Verstopfungen in den Gefäßen der Eingeweide auflösen sollen, da jede Chokolate vielmehr zu solchen Verstopfungen durch ihre Erschlaffung Anlaß giebt, so sind das Marktschreiereien, die ein vernünftiger Mensch verachten muß, und wenn auch in der Ankündigung der Nahme, London, glänzt.

Was thut der Wein? — Er ist eine der vortreflichsten Arzeneien, er erhebt die gesunkenen Nervenkräfte auf eine wundernswürdige Art, er widersteht der Fäulniß, und er ist dieser letzten Wirkung wegen denen, die die Thierwelt plündern, den starken Fleischessern, zu empfehlen, daß sie ihre blutige Mahlzeit mit einem oder zwei Glas dieses Balsams würzen. Sobald aber der Wein in dieser Gränze nicht bleibt, so ist er, was jede Arzenei im Uebermaaße ist, — Gift. Er betäubt das Nervengebäude, überwältigt die Kraft des Magens, wird durch die Wärme eine fressende Säure, wie diejenigen wissen, die ihre Sünde wiederum durch Erbrechen los werden, wobei ihnen die Zähne erstumpfen, und der Schlund brennt, als hätten sie Scheidewasser

wasser geschluckt. — So genossen hilft er der Verdauung nicht nur nicht, sondern stört sie ganz und gar, indem er die Nerven des Magens betäubt, die Mischung der Speisen verhindert, durch seine Säure die Pflanzenspeisen sauer, die Fleischspeisen hart, und das Fettige ranzig macht. Durch seine Auftreibung der Blutgefäße drückt er das Gehirn, und macht dumm. Die Gefäße des Magens strotzen, und hindern die gehörige Bewegung desselben. Alle Gefäße des Unterleibes werden überladen, und das Blut wird durch den Reiz der von dem Wein in den Gedärmen haftenden Schärfe nach ihnen hingelockt. Dann entstehen die oft so beschwerlichen Zufälle der goldenen Ader, oder wenn die Gefäße daselbst zu viel Widerstand leisten, Bluthusten und Blutbrechen. Bei starken Trinkern befindet sich der Magen daher fast immer in einer halben Entzündung, und die Magenkrämpfe, die vom Weine entstehen, sind fast immer unheilbar, weil die Unordnung unter den Blutgefäßen des Unterleibes zu groß ist.

Eben dieß gilt vom Brandtwein, obgleich der abgezogene Aquavit den Fehler nicht hat, daß er, wie der Wein und Brandtwein, Säure im Magen hinterläßt, und, wie ein flüchtiges Oel, schneller aus dem Körper herausgeht. Seine

größere

größere geistige Stärke ist auch Ursache, daß er nicht in so großem Maaße getrunken werden kann, als Wein und bloßer Brandtwein. Allein seine nachtheilige Wirkung auf die Nerven, die er betäubt, die Erhitzung und Auftreibung des Blutes, die Verjagung der Feuchtigkeiten aus dem Fleische, und dessen Abtrocknung dadurch, indem die gerinnbaren Säfte im Körper durch ihn gerinnen und fest werden, zeigen der Vernunft, daß er zur Erregung des Magenkrampfes sehr geschickt sey, und die Erfahrung bestätiget es oft genug. Manche werden durch Wein- und Brandtweinsaufen gemästet, aber es ist schon gezeigt, daß das Fettwerden kein Zeichen wahrer guter Gesundheit sey. Solche Mästung geschieht, indem die Oeffnungen der feinen Gefäße in den Gedärmen, die den Nahrungssaft einsaugen, hart und empfindlich durch die geistigen Getränke werden, und Alles einlassen, was da ist; da sie sonst nur dasjenige Sanfte und Milde aufnehmen, was in gutes reines Blut verwandelt werden kann, und alles Scharfe ausschließen. Die ganze Masse der Säfte bei solchen gemästeten Trinkern ist daher auch ganz verpestet, und die leichtesten Wunden oder innerliche Entzündungen werden gar zu leicht bei ihnen brandig und tödtlich. Die Brandtweintrinker wissen ein schönes Experiment: der Brandtwein, sagen sie,

ist gut wider die Blähungen! — Richtig! wer blähende Speisen genossen hat, trinke Brandtwein darauf, und er wird kein Kollern im Leibe, keinen Abgang von Blähungen bemerken. — Denn der genossene Brandtwein erhält die genommenen Speisen unverdaulich, also kann sich die Luft aus ihnen nicht entwickeln, die Nerven und Musteln der Gedärme macht er taub und unempfindlich, also kann die entwickelte Luft keinen Reiz in ihnen zur Fortbewegung machen, und die eingesperrte Luft wird desto verderblicher. In der That eine schöne Wirkung! — Kein Brandtweinsäufer kann fast dem Magenkrampfe entgehen, sie wissen alle davon ein Lied zu singen. Einige aber finden endlich bisweilen in dem noch stärker fortgesetzten Trinken ein Mittel wider den Krampf. Ihr Magen und ihre Gedärme werden endlich so pergamentmäßig, und taub, und fühllos, daß sie weiter keine Unbequemlichkeit statt des Magenkrampfes erfahren, als einen beständigen Mangel an Eßlust und immerwährende Durchfälle, wozu denn endlich, als drittes Gut, sich Gicht oder Blindheit gesellt. — Damit man aber nicht glaube, als sey dieß Alles bloßes Schulgeschwäz, so versichere ich, daß ich gern Jedem, dessen Magen zu schlaff und wässericht ist, erlaube, ihn, wenn er Lust dazu hat, durch ein Schnäpschen bittern Aquavit zu

stärken,

stärken, wenn er ihn vor dem Essen nimmt. Es wird ihm zuträglicher seyn, als eine Portion Wein, die ihn eben so erwärmen soll, weil diese schon zum wenigsten ein Viertelmaaß seyn müßte, und im, besonders nüchternen, Magen zu viel Säure macht. Nur ein Schnaps auf das Essen taugt niemals etwas.

Dieß sind vorzüglich diejenigen unter unsern Speisen und Getränken, die zur Entstehung des Magenkrampfes Anlaß geben, und besonders an seiner großen Ausbreitung schuld sind. Allein der Mäßige kann Alles genießen, ohne zu leiden, und man muß nicht allein bedenken, was genossen, sondern zugleich, wie viel genossen, wird. Obgleich die nachtheilige Wirkung einiger Dinge durch das mindere Maaß nicht ganz aufgehoben wird, so wird sie doch geschwächt, und die Verdauungswerkzeuge können so manches Nachtheilige, was nicht im Uebermaaße kommt, leicht überwinden durch anerschaffene Kraft.

§. 38.

Was heißt: zu viel essen? und was sind die Erfolge?

Die Menschen sind gewohnt, immer sehr oberflächlich und verwirrt zu urtheilen, daher

glauben sie oft, daß das Schädliche einer Speise in der Natur derselben liege, da es doch oft bloß in dem Uebermaaße derselben liegt, wodurch auch die unschuldigsten Sachen schaden können. Jeder Mensch ist ferner damit einverstanden, daß man nicht zu viel essen müsse, ob er aber zu viel und wie man zu viel esse, überlegt er nicht. — Ich gab einmal einem Manne, der ein gewaltiger Esser war, sich aber doch vor dem Tode fürchtete, das berühmte Büchlein des Cornaro: über den Nutzen eines nüchternen und mäßigen Lebens, zu lesen, weil er nie davon gehört hatte, und gern das hundertjährige Alter gehabt hätte, das dieser Italiäner, einst ein Wüstling und von seinen Aerzten schon für verlohren gegebener Schwächling, durch seine Kunst zu leben sich errang. Allein er wunderte sich sehr, daß Cornaro nicht gesagt habe, wie viel am Gewicht der Mensch essen müsse, und er sey nun so klug wie zuvor! — So machen es die mehrsten Menschen, denn sie denken nicht darüber nach, was es eigentlich heiße: zu viel essen.

Man überlege den Zweck des Essens, und denke an die Ursache, die uns zum Genusse der Nahrungsmittel treibt, so ist die Aufgabe: wie viel ein Mensch essen müsse? sogleich aufgelöst.

Die

Die Erschöpfung der Kräfte erfordert Ersetzung derselben. Der Magen, der keine Speisen in sich hat, ruhet deswegen nicht, sondern bewegt sich, theils durch sich selbst, theils durch den Druck der benachbarten Theile beim Odemhohlen (§. 8). Weil er nun nicht ausgedehnt ist, oder an seiner inwendigen Haut gerade nichts ist, welches seinen Bewegungen eine Art von Widerstand leisten könnte, so macht diese seine Bewegung lauter kleine dünne Falten in seinen Häuten. Dadurch werden die Nerven gedrückt, es entsteht ein leichter Schmerz, — dieß ist der Hunger. Diese Empfindung ist gerade recht dazu abgezweckt, dem Menschen die Erschöpfung des Vorrathes anzuzeigen, und treibt ihn, von der Erfahrung gelehrt, diese Empfindung durch den Genuß der Speisen zu beruhigen. Ist diese Empfindung beruhiget, so ist ihr Endzweck erfüllt! — Was drüber ist, ist von Uebel!!

Essen die Menschen so? — Nein, der größte Theil ißt nicht so! — Ein großer Theil steht des Morgens auf, ohne hungrig zu seyn; indessen Kaffee oder Thee, auch Frühstück, muß doch genossen werden. Der Mittag kommt; sie sind noch nicht und um so weniger hungrig, da sie theils schon gegessen, theils ihrem Magen die Fähigkeit, zu fordern, schon durch Kaffee oder

Thee

Thee benommen haben. Allein das Mittagseſſen iſt da, iſt oft künſtlich reizend gemacht, und man ißt. Was ſoll man machen? man muß doch Mittagsbrodt eſſen? — Und ſo ißt mancher Menſch den Tag über drei bis viermal, ohne ein einzigesmal hungrig geweſen zu ſeyn, und hat alſo zu viel gegeſſen. Ueber den Hunger oder ohne Hunger eſſen, iſt gleich viel, beides iſt zu viel eſſen. Nicht Gewichte oder Maaße können hier etwas beſtimmen; der Eine iſt ſtark erſchöpft, der Andere weniger, jener hungert alſo ſtärker, und kann mehr genießen, und verdauen, als dieſer.

An die Stelle des Hungers haben die Menſchen die Wolluſt geſetzt. Anſtatt die Forderungen des Magens zu befriedigen, ſuchen ſie ihren Gaumen zu kitzeln. Das Vergnügen der Zunge iſt allerdings dem Menſchen darum zugetheilt, daß er die nothwendige Befriedigung des Magens deſto lieber erfüllen ſoll; aber dieß Vergnügen iſt nicht Haupt- ſondern Nebenſache. Die Menſchen haben es umgekehrt, und ſchaden alſo dem Magen, da ſie der Zunge mehr gehorchen, als ihm.

Der Magen wird alſo überladen, nicht allein durch die jedesmalige übermäßige Menge

des

des Genossenen, sondern durch seine Anfüllung überhaupt, wenn er sie nicht nöthig hat, er mag nun so eben erst oder noch von vorher gesättiget seyn. Dieß mögen sich diejenigen, wohin besonders schwächliche Frauenzimmer und Gelehrte gehören, merken, die nicht begreifen wollen, wie sie sich den Magen überladen, da sie doch nur wenig, obgleich ohne wahren Hunger, essen.

Der Magen kann nicht eher die Empfindung des Hungers hervorbringen, bis er mit seiner Verdauung fertig ist, und Nichts mehr zu arbeiten hat. Giebt man ihm aber, ehe er mit der Verdauung und Fortschaffung der vorigen Speisen zu Ende ist, aufs Neue etwas zu verdauen, so geht es ihm, wie es einem Menschen überhaupt gehen würde, den man, ehe er Eine Arbeit vollendet hat, schon zur andern und dritten und vierten treibt. Er wird Alles schlecht vollenden, und alle seine Kräfte verlieren.

Aber wie es mit einem Menschen selbst gehen würde, dem man auf einmal eine Arbeit aufbürdete, die seinen Kräften schlechterdings nicht angemessen wäre, — er würde die Last unwillig von sich werfen, und wenn man die boßhafte Absicht hätte, ihn dadurch von Kräften zu bringen,

gen, so würde man seine Absicht nicht erreichen; wohl aber wenn man ihn mit leichten aber nie unterbrochenen Arbeiten nach und nach ermüdete. So verhält es sich auch mit dem Magen. Wer auf einmal zu viel ißt, der empfindet die Widersetzlichkeit des Magens bald genug, und wenn dieser nicht schon geschwächt ist, so wirft er seine Last von sich. Ich kann daher denen, die ihren Magen durch Ueberladung schwächen wollen, nichts Besseres empfehlen, als was man gewöhnlich schon thut: — nicht eben zu viel auf einmal, sondern nur immer gewöhnlich zu essen, aber ja immer ohne Hunger. Diese Regel ist völlig probat!

Der hungrige Magen greift seine Verrichtungen, wie ein Mensch, der sich erholt hat, frisch und kräftig an. Es hat sich während der Nüchternheit der Magensaft und der dazu gekommene Speichel gesammelt, und die Speisen finden diese beiden wichtigen Mischungsmittel in Menge vor. Daher kommt es, daß ein hungriger Magen auch ohne Unbequemlichkeit und Nachtheil oft Dinge verdauet, die jedem andern Druck und Last verursachen. Der noch halb gesättigte Magen hingegen kann das nicht. Uebel gemischt, und nicht durch die Kraft des Magens zerrieben, bleiben die Speisen zu lange in ihm, gäh-

gähren oder faulen, werden zu zähem Schleime, und benehmen dem Magen alle Kraft und Thätigkeit. Kommen nun noch reizende Ursachen von außen oder von innen hinzu, so wird aus dem bloßen Drücken und Beschwerden des Magens, der Magenkrampf selbst.

Die wichtige Fähigkeit des Magens, die Schädlichkeit der Speisen zu erforschen, hat er und kann er nur im nüchternen Zustande haben. Er kann, wenn er mit zähem Schleime überzogen ist, so wenig das Nützliche von dem Schädlichen unterscheiden, als eine mit solchen Unreinigkeiten belegte Zunge einen richtigen Geschmack haben kann. Es liegt also vorzüglich an unserm Essen ohne Hunger, an der dadurch bewirkten beständigen Ueberladung, und der davon herrührenden Schleimansammlung und Gefühlstödtung des Magens, daß wir im Stande sind, so mancherlei schädliche Speisen zu genießen, die den Magen sonst gleich durch unangenehme Empfindung zum Erbrechen reizen würden. Ein hungriger Mensch wird mehrentheils, wenn er diesen Hunger durch scharfe Speisen (§. 37.) stillen soll, übel, und muß sich erbrechen; hat auch kein Verlangen danach; wohl aber nach milder einfacher Nahrung. Ich bin oft in dem Falle gewesen, sehr hungrig zu seyn, und jedesmal war

war mein höchster Wunsch: Wasser und Brodt. Ekel und Widerwillen hingegen empfand ich allemal, wenn mir nur der Nahme von Gebratenen oder dergleichen, besonders fetten Dingen, genannt wurde. Ich sollte glauben, daß diese Erfahrung auch Andere gemacht hätten.

Die Gewohnheit, den Magen auf diese langsame Art zu überladen, und ihn zu einer Schleimhöhle zu machen, ist schrecklich unter den Menschen eingerissen. Sie haben das Amt, zur Mahlzeit zu rufen, dem Magen völlig abgenommen, und es den Thurmuhren aufgetragen! — Wahr ist es, die Menschen unterscheiden sich von den Thieren durch Vernunft, aber auch in der That eben so sehr durch Unvernunft. Sie können beten, ohne Gedanken, und essen und trinken, ohne Hunger und Durst! — Da indessen doch der Mensch keine hölzerne Maschine ist, so mußte die sonderbare Gewohnheit, ohne Hunger zu essen, etwas beschwerlich seyn. Einfache Speisen wollten nicht gut eingehen, man mußte also dem Magen, oder vielmehr dem Schlunde schmeicheln; und daher unsre immer mehr verfeinerte Kochkunst, die mir aber vorkommt, wie die Ränke eines Bankerottirers, der seine verzweifelten Umstände durch allerlei Flitterwerk zu decken sucht.

Der

Der nach und nach sich ansammelnde Schleim im Magen ist die sicherste Freistatt, worin alle Schärfen, die durch unsere Kochkunst bereitet werden, besonders die so verderbliche ranzige Schärfe, sich einnisten. Fest angeleimt liegt dieser Schleim oft Jahre lang, und ernährt das heimliche Verderben des Magens. Immer giebt es daher etwas zu klagen über schlechte Verdauung, und die Schachteln mit Digestivpulver stehen immer halb offen auf dem Tische. Wer Lust hat, lasse sich, besonders in großen Städten, von einem Apotheker eine Berechnung zeigen, wie viel allein vom Weinsteinrahm, (cremor tartari) seit funfzig Jahren mehr verbraucht wird, als sonst, — und er muß erstaunen. Aber heben diese Verdauungsmittel das Uebel? — Man stelle sich nicht vor, daß dieser zähe Schleim so leicht aufzulösen sey! Oft werden zwei, drei Brechmittel gegeben, und es geht doch nichts fort, als was nachgetrunken ist. Der Magen behält seinen zähen Schleim und seine Beschwerden, unter denen denn der Magenkrampf diejenige ist, von der man aller Orten hört.

§. 33.

Wodurch wird ferner die Verdauung übel und der Magen krank gemacht?

Wenn man die Natur des Magens und die Geschichte der Verdauung (§. 8.) aufmerksam überdenkt, so sieht man leicht, daß es zu einer guten Verdauung noch nicht hinreiche, milde Speisen und nicht zu viel zu genießen. Kommt die Speise zu roh und zu grob in den Magen, so wird sie leicht seinen Kräften zu schwer. Manche Menschen aber scheinen ganz und gar zu vergessen, daß sie Zähne haben, und kauen sollen. Sie schlingen mehr, als daß sie essen, besonders wenn Reiz in den Speisen ist. Ein Fehler, den der Tagelöhner bei weitem nicht so oft begeht, als der Gelehrte, der den Kopf voll oft wenig nützlicher Gedanken zu Tische kommt, und bisweilen, wie ein Raubthier alles halb zerbrückt hinunter schlingt. Kein Wunder, wenn ein solcher Magenkrampf und Hypochondrie leidet. Man führe ihn vor das Bauer seines Kanarienvogels, oder auf die Wiese zu dem Schaafe, daß er lerne, wie man essen müsse.

Leider aber können viele Menschen in ihren besten Jahren nicht mehr kauen, weil ihre Zähne bloße Ruinen sind. Und warum? — Wein und ran-

ranzige Schärfe (§. 37.) sind die gewaltigen Zerstörer der Zähne, wozu noch die Hitze der Speisen, und die scharfen Zahnpulver kommen. Man glaubt, durch solche Pulver und Bürsten die Reinlichkeit des Mundes zu befördern! aber man gebe sich keine Mühe! Die Unreinlichkeit von aussen durch das Kauen der Speisen bedeutet nichts, und läßt sich durch ein Glas Wasser wegspülen. Jene Unreinlichkeit kommt von innen. Sie zeuget von Ansammlung des Schleimes und böser Schärfe in Magen, Gedärmen und Blute. Wo diese verdorben sind, werden die Zähne auch verdorben, und verderben hinwieder. Was man also zu thun hat, seine Zähne zu erhalten, bedarf weiter keine Antwort. Aber man komme früh zuvor, denn ein verdorbener Zahn läßt sich nie wieder gut machen.

Der Speichel, zur guten Mischung der Speisen, folglich zur Verdauung so nöthig, ist wahrlich kein Saft, der ausgeworfen werden muß, und ich habe dennoch Leute gesehen, die bei ihrem Tobacksrauchen so ungeheuer speichelten, daß man sich fürchtete, ihnen eine Pfeife Toback anzubieten, und die sich doch noch wundern konnten, daß es ewig mit ihrem Magen und ihrer Verdauung nicht so recht sey! — Wer ein Liebhaber des Tobacks ist, sich aus einer Verminde-

rung

rung des Geschmackes nicht macht, und ihn übrigens vertragen kann, der rauche; nur wenn er zu viel Speichel dadurch wegwerfen muß, wenn er das Kunststück ächter Schmaucher nicht kann, zu schmauchen ohne zu speicheln, so ist die Folge seiner Thorheit, schlechte Verdauung, keines Bedaurens werth. — Uebrigens gehört der Toback zu denen Dingen, die die Nerven betäuben. Alles was die Nerven betäubt, schwächt den Magen. Daher kann man sich zwar den Hunger durch Tobacksrauchen im Nothfalle stillen, aber durch zu starkes Schmauchen auch der Verdauung überhaupt schaden.

Manche Leute lieben ihr Pfeifchen Toback sehr, weil sie ihnen, wie andern der Kaffee, offnen Leib verschafft. Dieß thut der Toback nur bei denen, die wenig rauchen, vermöge seiner Nervenreizenden und erschlaffenden Kraft. Solche Personen haben gewöhnlich trockne, und zu Spannungen geneigte Därme, und das Tobacksrauchen, wenn besonders von seinem scharfen Oele mit dem Speichel Etwas in den Magen kommt, hebt diese Spannung bald. Die Gewohnheit thut dabei auch sehr viel, weil man sich an eine bestimmte Zeit des Stuhlganges auch ohne Toback gewöhnen kann, welches von großem Nutzen für die ganze Verdauung ist.

Wenn

Wenn die Speisen in dem Magen einen etwas festen Brei bilden, so kann der Magen seine Kräfte besser anwenden. Das ganze Kunststück guter Verdauung besteht nehmlich darin: daß der Magen thätig und rasch arbeite, und die Speisen bald den Gedärmen übergebe, ehe sie in dem Magen durch zu langen Aufenthalt, und dadurch verursachte Ermüdung seiner Kräfte, aus ihrer guten Mischung kommen, und zu scharf werden, so daß also die Gedärme zu wenig guten Nahrungssaft aussaugen können. Daher müssen die Zähne dem Magen die gröbste Arbeit abnehmen, und ihm die Speisen als einen mürben Brei liefern. Und die Mischung selbst muß im Magen nicht wieder zu früh gestört werden. Daher schadet vieles Trinken bei der Mahlzeit allerdings; denn der Magen bekommt doppelte Arbeit. Zuerst schafft er das Flüssige fort, und wenn dieses hinaus ist, kann er erst das zurückbleibende Festere bearbeiten, welches aber nicht so vollkommen gemischt werden kann, theils, weil schon die übrigten Theile größtentheils mit dem Flüssigen voran gegangen, theils auch, weil die Kräfte des Magens schon im Abnehmen sind. Es ist daher besser, wenn der Magen den ganzen festeren Brei erst durcharbeitet, und dann die Flüssigkeit hinterher kommt, die Breimasse zum Fortgange geschickt macht, und alles zugleich abgefährt

führt werden kann. Man fühlt auch, daß man sich immer besser befindet, wenn man erst einige Zeit nach dem Essen trinkt, als wenn man es während der Mahlzeit und etwa gar stark thut; denn wenig und besonders Wasser trinken, schadet niemals.

Man hat ein altes Sprüchwort, welches empfiehlt, daß man nach der Mahlzeit sich bewegen solle; aber manche Leute verstehn dieß sehr unrecht. Sie wollen durch tüchtige körperliche Arbeit ihre Verdauung befördern, sie hauen Holz, graben, oder thun sonst dergleichen angreifende Dinge; — bloß, weil sie keine rechten Begriffe von der Verdauung haben, aus Mangel der Kenntniß vom menschlichen Körper, die doch Jedermann nützlich ist. Ich habe gesagt, (§. 8.) daß die Bewegung des Zwergfelles und der Bauchmuskeln beim Odemhohlen dem Magen bei dem Geschäfte der Verdauung sehr zu Hülfe komme. Dieß ist eine sehr mäßige und gleichförmige Bewegung; Holzhauen, Graben, starkes Gehen und dergleichen, sind aber solche Bewegungen nicht. Das Zwerchfell und die Bauchmuskeln werden dabei viel zu sehr, und mit Unordnung angestrengt, und der Magen wird gestört. Man glaube nicht, daß die Arbeit des Magens so klein sey; sie erfordert viel

Ner-

Nerven = und Muskelkraft, und Jedermann kann es wohl fühlen, wie beschwerlich ihm die mehrste körperliche Arbeit nach dem Essen wird. Ganz thörigt ist es, wenn man sich durch solche Arbeiten gar in Schweiß setzt, und eine so starke allgemeine Absonderung von Feuchtigkeiten bewirkt, während dem die Natur diese Feuchtigkeiten zur Absonderung in den Magen nöthig hat. Man nehme dazu die Erschöpfung der Nervenkraft, die während der Verdauung um desto bemerkbarer wird, da es nicht unwahrscheinlich ist, daß der in den Nerven enthaltene Geist, oder ihr flüchtiges Wesen, durch seinen Aushauch in den Magen die Speisen verändern und verdauen helfen, — so wird man nicht umhin können, solche körperliche Anstrengungen zu der Zeit verdächtig zu finden Es ist vernünftiger, den Winken der Natur eher zu gehorchen, als auf ein beweisloses Sprüchwort zu bauen. Das Thier im Felde lagert sich zur Ruh, wenn es satt ist, und wir selbst empfinden diese Neigung zur Ruhe nach der Mahlzeit. Ein Stündchen Nichtsthun und Ruhe von der Arbeit ist besser und gesünder nach dem Essen, als Arbeit, und unser Wohlbefinden bezeuget, daß wir Recht haben. Man hat nicht nöthig zu schlafen, ob man sich gleich für die dummmachende Wirkung, die man solchem Mittagsschlafe zuschreibt, nicht zu fürch-

ten braucht, wenn er nämlich nicht übermäßig ist. Aber Ruhe nach der Mahlzeit befördert, und Anstrengung des Körpers hindert die Verdauung, und bringt den Magen in Unordnung. Eben das thut die Anstrengung des Geistes. Allein es ist nicht immer in der Gewalt der Menschen, sich das Ruhestündchen, das die gute Natur den Thieren erlaubt, zueignen zu können. Kaum hat der Dröscher seine Mahlzeit verzehrt, kaum ist der gelehrte Arme vom Tische aufgestanden, so müssen sie schon wieder, jener auf die Tenne, und dieser an den Schreibtisch, wenn sie mit Weib und Kind morgen wieder essen wollen. Hier weiß ich keinen Rath zu geben, als den, den ich allen Reisenden zu Fuß und zu Pferde auch zu geben wünschte: des Mittags wenig, und des Abends mehr zu essen und sich die Ruhe der Nacht für ihren Magen zu Nutze zu machen.

Unter die schädlichsten Angriffe auf den Magen aber gehört nichts so sehr, als das Zusammenpressen desselben von außen. Man braucht wirklich nur die oberflächlichste Kenntniß von den Verdauungswerkzeugen zu haben, um sich zu überzeugen, daß durch Zusammenpressen des Unterleibes diesen Theilen der größte Nachtheil zugefügt werden müsse, besonders zur Zeit der Verdauung. Hier soll der ausgedehnte Magen

Raum

Raum haben, um wirken zu können, er soll dem Drucke des Zwerchfells beim Odemohlen ausweichen oder nachgeben, die Bauchmuskeln sollen sanft gegen ihn wirken, und dieß alles fällt weg; die Gedärme werden zurück und gegen den Magen gepreßt, dem Magen selbst wird aller Raum zur Bewegung genommen, die Bauchmuskeln wirken fast gar nicht, und der Magen ist völlig eingekerkert. Was kann da für eine Verdauung zu Stande kommen. Gelehrte an ihrem Schreibtische, selbst wenn sie für den Magen arbeiten, vergessen bei ihrem Krummsitzen, daß sie ihrem Magen, während der Sorge für ihn, den fürchterlichsten Schaden thun. Sie sollten, wenigstens mit vollem Magen, nicht sitzend, sondern stehend arbeiten, wenn sie nicht bloß gelehrt, sondern auch vernünftig seyn wollen. Fürchterlicher aber ist der Schaden bei den Frauenzimmern, wenn sie nicht so viel der Vernunft gehorsam seyn wollen, daß sie die schändlichste und entstellendeste Erfindung, die Schnürbrust, ablegen. In einem Unterleibe, den eine Schnürbrust entstellt und geschändet hat, ist beinahe kein Eingeweide an seiner gehörigen Stelle; alles verschoben, verkrüppelt! müssen solche Personen nun noch dazu eine sitzende Lebensart führen, sind sie, wie gewöhnlich, und wie es bei einer solchen Einkerkerung des Magens nicht anders

seyn kann, immer überladen, dabei gute Kaffee- und Theetrinker, und Liebhaber von gebratener Butter und Backwerk, so begreife ich kaum, wie noch eine Einzige übrig seyn kann, die nicht an fürchterlichen Magenkrämpfen leidet! — Aber wie viele werden denn auch bald wirklich übrig seyn? — Eine traurige, aber gerechte Frage!

Wissen sie es etwa nicht, daß die Schnürbrust solche Verwüstungen der Gesundheit anrichtet? Sage Ich es etwa zuerst? — O, wahrlich! es wäre wohl Zeit, daß man der Vernunft, vor dummen Einbildungen und albernen unwahren Vorstellungen von Reizen, den Vorzug gäbe! Es wäre wohl Zeit, sich zu schämen und einzusehen, daß jeder vernünftige Mann ein Weib vermeiden wird, das ihm Schnürbrust und Magenkrampf zur Freude seines Lebens ins Haus bringen würde!

§. 40.

Was thut übertriebene und unrechte Sorgfalt für die Gesundheit zur Schwächung des Magens?

Vernünftige Menschen überlegen alles, was sie thun, reiflich, und folgen vorzüglich den Winken der Natur, weil sie sich dabei am besten befin-

befinden. Unvernünftige Menschen hingegen thun alles verkehrt, und selbst wenn sie ein Ding recht gut machen wollen, so fehlen sie oft am mehrsten. Dieß sieht man an der ganz verkehrten Art einiger Menschen, womit sie die Erhaltung ihrer Gesundheit besorgen, und sie dadurch verderben. Zwei Gewohnheiten, die dem Magen theils mittelbar, theils unmittelbar nachtheilig sind, gehören hieher.

Das zärtliche **Warmhalten** des Körpers. — Manche Menschen üben eine ganz besondere Sorgfalt aus, um ihren Körper warm und bedeckt zu halten, und ihn vor allen Einwirkungen der Luft und Witterung zu schützen, um sich vor Flüssen, Husten und Schnupfen zu sichern. Weit gefehlt, daß sie dadurch ihre Absicht erreichen sollten, machen sie sich vielmehr dadurch ungesund, und werden Flüsse, nebst Husten und Schnupfen, gar nicht los. — Die äußere Haut des Menschen ist zu einem großen Absonderungswerkzeuge der feinsten Schärfen, die sich in unsern Säften befinden, bestimmt, aber es geschieht auch zugleich eine große Einsaugung, sowohl der in der Luft befindlichen Feuchtigkeiten, als auch vielleicht der Luft und anderer feinen Elemente selbst, durch die Haut. Beides wird durch die feinsten Enden der Gefäße oder Adern, die durch die

die Haut geben, und die man die Schweißlöcher nennt, bewirkt. Es ist aber dazu äußerst nöthig, daß diese Enden der Adern offen sind, und nicht zusammenfallen, folglich muß die Haut eine gewisse Kraft und Festigkeit haben, und nicht schlaff seyn. Wärme aber, beständige Wärme, erschlafft, und hält man den Körper zu warm, so erschlafft man seine Haut, und die Schweißlöcher haben wenig innere Kraft, sich offen zu erhalten. — Es ist aber zugleich zwischen der äußern Haut des Körpers und allen innerlichen häutigen Theilen ein ganz besonderer Zusammenhang, so daß sie in ihrer Kraft oder Schwäche sehr miteinander übereinstimmen. Wenn daher der Magen durch fette Dinge erschlafft wird, wie z. B. durch Schweine- oder Gänseschmalz, so leidet die äußerliche Haut ebenfalls, und die Ausdünstung wird unterdrückt. (§ 37.) Schwächt man die äußerliche Haut, indem man sie zu sehr vor der Luft bewahrt und zu warm hält, so leidet der Magen, und seine Häute werden schwach. — Es ist zugleich zu bedenken, daß durch zu warme Bedeckungen des Körpers die Säfte, mehr als nöthig ist, nach der Haut hingelockt werden, und da nun die Gefäße zugleich durch die Wärme schwach werden, so ist die Ausdünstung, während die Bedeckungen auf der Haut sind, zu stark, wird aber

den

den Augenblick unterdrückt, sobald die Luft auf die Haut stößt, oder Kälte sie berührt. Nun hüten sich manche Menschen zwar sehr, daß die Luft oder Kälte ihre Haut nicht berühren kann, aber ewig läßt sich das doch nicht verhüten, man müßte sich denn gar nicht umkleiden, und in den Ueberbleibseln seiner Ausdünstung verfaulen wollen. Doch das Umkleiden kann in einem warmen Zimmer und mit erwärmten Kleidungsstücken geschehen, so wäre dem Schaden ziemlich vorgebeugt; allein ich muß diese Zärtlinge an ihre Erfahrung erinnern, daß sie sich, ohne sich umgekleidet zu haben, und bei der besten warmen Bedeckung des Körpers, dennoch erkälten können. Gott weiß, wie es zugeht, sagen sie; ich aber muß ihnen sagen, daß sie ihre Kunst, sich vor Erkältungen und Zurücktretung der Ausdünstung zu schützen, nur halb verstehen. Entweder sie müssen nie hinter dem Ofen hervorkommen, oder sie müssen bedenken, daß ihr Gesicht und ihre Hände auch mit Haut bekleidet sind, und daß, wenn ein Theil der Haut von Luft und Kälte gereizt wird, die ganze übrige Haut mit daran Theil nimmt, und desto stärker, jemehr sie geschwächt ist. Sie müssen sich also über und über in dicken Frieß oder Flanell einnehen, und allenfalls bloß für die Augen und den Mund ein Paar Oeffnungen lassen, die aber mit Klappen verwahrt sind,

und

und nur im Nothfalle geöffnet werden; — oder sie müssen die ganze Haut des Körpers mit der Haut des Gesichtes und der Hände in Uebereinstimmung bringen, sich leicht und kühl kleiden, und ihren Körper dem erquickenden Einflusse der Luft oft aussetzen, damit die Haut Kraft und Leben behalte, so sind sie von der Furcht vor Erkältung, Schnupfen und Husten selbst, erlöst, und ihre Ausdünstung steht fest, wird nicht unterdrückt, weil nur Krampf sie unterdrükken kann, und nur eine geschwächte Haut zu Krämpfen geneigt ist, — ihr Magen bleibt stärker, und wenn auch durch Kälte die Ausdünstung etwas gehemmt wird, so kann sich diese Schärfe doch nicht auf den Magen werfen, sondern geht durch den Urin ab.

Eine zweite für den Magen höchst schädliche Gesundheitssorge ist das beständige Arzeineinehmen. Es giebt in der That wahre Arzeinarren, die beständig mit allen möglichen Apothekerbereitungen umgeben sind. Man findet sie unter den Fressern und den Kaffee- und Weinhelden, kurz, die darauf los arbeiten, durch die unvernünftigste Lebensordnung ihren Magen zu verderben. Ihr Arzt ist dabei allemal entweder unwissend, oder unredlich, und sucht von ihrer Unvernunft Vortheil zu ziehen; denn ein verstän-

ständiger und redlicher Arzt würde ihnen ihre Narrheit abrathen, und sie nicht darin bestärken.

Die wunderlichsten Begriffe von Arzenei und ihren Wunderkräften herrschen unter den Menschen. Diejenigen, die zu wenig von Arzeneien erwarten, schaden sich indessen weniger, als die, die zu viel davon hoffen. Man sollte wissen, daß nirgends mehr Mäßigung nöthig ist, als im Gebrauche der Arzeneikörper, daß nur wenige eine ganz bestimmte Wirkung haben, und die übrigen nur unter der Leitung eines geschickten Arztes den Bemühungen der Natur zu Hülfe kommen können.

Dieser arzeneiliche Aberglaube ist noch ein Ueberbleibsel von dem ehemaligen schlechten Zustande der Arzeneikunst, wo man zu irrige Kenntniß von der Natur des Menschen und den Kräften natürlicher Dinge hatte, und also verwirrte Erfahrungen machte. Noch wird dieser Aberglaube durch Kalender und andere schlechte Volksbücher fortgepflanzt, und durch die Gewinnsucht der Pfuscher und unwissender, unredlicher Aerzte unterhalten. Man schwächt seinen Körper und vorzüglich den Magen noch immer durch unnöthiges Aderlassen und Purgieren nach dem Kalender,

und sucht Krankheiten vorzubeugen, indem man sich kränklich macht. Besonders werden die armen Kinder in ihrer Gesundheit aufs schrecklichste verdorben, und oft schon von der Geburt an, als wären sie nur darum auf die Welt gekommen, um sogleich Arzenei zu nehmen.

Manche Menschen machen aus ihrem Körper eine wahre Werkstatt der Chymie, und bei der geringsten Unpäßlichkeit folgt Arzenei auf Arzenei. Manche schwächen ihre Verdauungswerkzeuge dadurch so sehr, daß sie ohne Digestivpulver gar nicht mehr verdauen und offenen Leib erhalten können. Manche müssen alle vierzehn Tage ein Brechmittel nehmen, oder einen Purgiertrank trinken, weil sie durch das viele Brechen und Purgieren ihren Magen schon so geschwächt haben, daß er immer Unverdaulichkeiten in sich behält. Und sehr viele haben bei ihrem Magenkrampfe keinen weiter anzuklagen, als ihre Arzeneilust, und ihren unvernünftigen Arzt.

§. 41.

Welche unter den schädlichsten Ursachen ist die abscheulichste?

Wenn es ein Unwesen unter den Menschen giebt, daß das Nervengebäude des ganzen Körpers

pers auf die schrecklichste Weise angreift, die Nervenkraft unausbleiblich zerstört, und den ganzen Körper schwächt, und zu jeder Art von Krämpfen geneigt macht, — so muß dieses wol unter den Ursachen des Magenkrampfes eine Hauptstelle haben. Wenn dieses Unwesen ferner, wie eine Pest, immer weiter um sich frißt unter den Menschen, so muß wohl ein Hauptgrund von dem immer weiteren Einreißen des Magenkrampfes in diesem allgemeinen Verderben der Menschen liegen. Dieses Unwesen ist ein Laster — dessen Nahmen ich gar nicht nennen will, — weil ich gewiß weiß, daß alle diejenigen, die von diesem schändlichen Laster angesteckt sind, und dieses lesen, von ihrem Gewissen den Nahmen des Lasters hören werden! — O, was ist es traurig für den Arzt, wenn er bei so manchem Uebel, das die Menschheit quält, und vorzüglich bei dem Magenkrampfe, sich so oft überzeugen muß, daß jenes schändliche Laster den Hauptantheil der Schuld ausmacht. Nicht immer kann der Arzt dem elenden Schänder ins Gesicht sagen: du bist der Mann! und das Gefühl der Schändlichkeit untersagt den Elenden selbst ein Geständniß ihrer Verbrechen gegen die Natur. Sie lügen dem Arzte diese und jene Ursache vor, verlangen Hülfe durch Arzenei, und doch kann die Haupturſache des Uebels, die schändliche, laster-

lasterhafte, widernatürliche Gewohnheit, nicht durch Arzeneien gehoben werden. Sie belügen sich selbst, und mögten sich gern überzeugen, daß ihr Magenkrampf nicht von jenem Laster herrühre. Wenn sie von dem Laster schwach und hinfällig werden, so überzeugen sie sich noch eher, daß ihre schädliche Gewohnheit daran schuld sey, aber als Ursache des Magenkrampfes erkennen sie sie nicht. Dieß rührt vorzüglich von der falschen Vorstellung her, die einige Schriftsteller von den Wirkungen jenes Lasters gegeben haben, und die bloß dabei stehen blieben, daß die Schädlichkeit von der unnützen Verschwendung seiner Säfte entstehe. Aber höret denn, ihr Unglücklichen, die ihr in den Banden dieses schändlichen Lasters liegt, — nicht in der Verschwendung seiner Säfte allein, nein, vorzüglich in der heftigen widernatürlichen Erschütterung des ganzen Nervengebäudes, in der den Nerven dadurch zugebrachten übergroßen Empfindlichkeit und Uebermacht über die Muskelkraft des Körpers, in der völligen Unordnung und Zerrüttung der Nerven im ganzen Körper, darin liegt die vorzügliche Schädlichkeit, dadurch verdirbt jenes Laster sowohl das Gehirn als auch den Magen, auf das entsetzlichste. Sind nicht beständiges Zittern der Hände, sind nicht jammerhafte Zuckungen und die Epilepsie selbst, unter den Folgen

gen jenes Lasters begriffen? Lauter Uebel, die nicht durch Verschwendung seiner Säfte, sondern durch Unordnung in den Nerven und ihre widernatürliche Empfindlichkeit entstehen. Mir sind Personen bekannt geworden, die einen so schwachen Magen hatten, daß sie fast nie einen Tag hinbrachten, ohne sich zu erbrechen, ja die dieß Erbrechen mit der leichtesten Mühe, ohne Beihülfe eines Fingers im Schlunde, oder sonst etwas, willkührlich bewerkstelligen konnten. Ihre Bleichsucht, ihre Ausschläge im Gesicht, ihre übrige Empfindlichkeit und Laune, die oft halber Wahnsinn war, verrieth ohnedieß, das jenes Laster ihr Verderber war.

Es ist zugleich, als ob sich alles Unselige vereiniget hätte, die Unglücklichen, die die Ketten dieses Lasters schleppen, zu verderben. So haben sie mehrentheils, vermöge der unordentlichen Empfindlichkeit ihrer Nerven, eine auffallende Freßsucht. Es ist kein wahrer Hunger, (§. 38.) sondern eine bloße Wirkung zu sehr gereizter Nerven. Sie essen unbändig, und werden eigentlich nie satt; wenn sie auch den Magen ganz vollgefüllt haben, so haben sie doch noch Lust, mehr zu essen, wenn sie es nur zu lassen wüßten. Natürlich befindet sich ihr Magen auch dadurch in den kläglichsten Umständen. Die allgemeine Neigung zu Krämpfen und die große

Schwä-

Schwäche aller Muskelfasern, mit dem unreinen Zustande des Magens verbunden, macht, daß diese Menschen immer an unterdrückter Ausdünstung, an Flüssen, hartnäckigen fressenden Schnupfen, und Durchfällen, wechselsweise leiden, an deren Stelle denn oft der wüthendste Magenkrampf tritt.

Beim weiblichen Geschlechte ist außer diesen Folgen, und besonders wenn sie sich der Schnürbrust nicht enthalten können, — wie sich denn solche Personen vorzüglich gern schnüren, damit sie ihrem hinfälligen Körper nur einige Haltbarkeit verschaffen, —, bei ihnen, sage ich, ist noch Unordnung und Unterdrückung der monatlichen Reinigung, und manche andre häßliche Krankheit damit verbunden, und da sie selbst von Natur reizbarere Nerven und schwächere Muskeln haben, so wüthet unter diesen Umständen, und von diesen Ursachen erregt, auch der Magenkrampf am heftigsten und häufigsten bei ihnen!

Von der moralischen Schändlichkeit jenes Lasters ist hier der Ort nicht zu reden; ich rede bloß von dessen Folgen auf den Magen. Unmäßige Gatten glauben oft, daß sie durch ihre Unmäßigkeit Pflichten erfüllen, wenigstens nicht

den

den Vorwurf des Lasters verdienen; dieß gehört in die Moral. Ich habe ihnen nur zu sagen, daß ihre Gründe unvernünftig sind, und daß sie durch ihre Unmäßigkeit ihrem Magen eben so viel und eben dieselben Leiden zuziehen, als jene von dem widernatürlichen Laster Ergriffene. Für den Körper giebt es der Unzucht nicht zweierlei; für ihn ist sie von gleichen Folgen, sie sey privilegirt, oder mit Schande verknüpft.

§. 42.

Was wirken Leidenschaften Böses für den Magen.

Unsre Gemüthsstimmung ist mit dem Zustande unsers Magens aufs genaueste zusammenhängend. Ein überladener unreiner Magen macht verdrüßlich und übellaunig Vornehme Fresser sind Nachmittags nicht gut zu sprechen. Ein nüchterner mäßiger Cornaro ist immer heiter, freundlich und wohlwollend, weder sich noch Andern zur Last. Ein Mensch, dessen Magen sich wohl befindet, fühlt in seinem ganzen Körper Wohlseyn und Behaglichkeit, und selbst Unglücksfälle rühren ihn nicht zu stark; finden ihn immer fertig, und voll Besinnung, daher haftet die Traurigkeit nicht.

Unge-

Umgekehrt aber haben Leidenschaften und Gemüthsbewegungen auch wieder den größten Einfluß auf den Magen. Alle frohe freudige Affekten bringen eine angenehme Lebhaftigkeit und gemäßigte Thätigkeit in das ganze Nervengebäude; das Blut eilt rascher in seinen Adern fort, die Absonderung aller Säfte geht besser von statten, die mit eigenthümlicher Bewegung versehenen Theile, Herz, Magen und Gedärme, bewegen sich kräftiger und gleichmäßig, und eine heitre Freundesgesellschaft ist die beste Würze eines Mahles, Freude das beste Tigestiv. — Alle traurigen Leidenschaften hingegen sind den Nerven nachtheilig. Langsamkeit im Umlaufe des Blutes, und den Absonderungen aller Säfte — die einzige Galle ausgenommen, die bei trauriger Gemüthsstimmung sich vielleicht immer desto mehr absondert, — Trägheit, Abspannung und Erschlaffung des ganzen Körpers, auch besonders des Magens, Mangel der Eßlust und geschwächte Verdauung, Neigung zu Krämpfen, sind die Folgen und Begleiter aller Betrübniß, des Grams, des Herzeleids, der Sorgen, verzweifelter Liebe, der Furcht, der Schelsucht, des Argwohns, der Eifersucht. Heftige Leidenschaften, als, Zorn, Schrecken, bringen die Nerven in einen fürchterlichen Aufruhr, erregen einen allgemeinen Krampf, vorzüglich in der

Haut

Haut und dem Magen. Die Ausdünstung wird plötzlich unterdrückt, eine allgemeine Erschütterung in allen Adern hemmt oft auf Augenblicke den ganzen Blutumlauf, so daß sogar selbst in den großen Gefäßen am Herzen Gerinnungen des Blutes entstehen, wie viel eher in kleinern Gefäßen. Durch Zurücktretung der Ausdünstung oder plötzlicher Stockung des Blutes in den Gefäßen, kann daher oft bei einem schon geschwächten Magen, durch einen einzigen Aerger oder Schreck der heftigste und langwierigste Magenkrampf plötzlich erregt werden. Oft wird ein Magenkrampf nicht eher geheilt, trotz aller übrigen guten Vorsicht und Hülfe, bis etwa Glücksumstände den Kranken von seinen Sorgen und Bekümmernissen befreien. Und wo täglicher Verdruß im Hause tobt, da wird oft der beste Rath den unglücklichen Kranken nicht erlösen, bis seine Nerven unempfindlicher werden.

§. 43.

Welche Uebel oder Krankheiten des Körpers verursachen sehr oft den Magenkrampf?

Der Magenkrampf wechselt oft mit andern Krämpfen, vorzüglich mit den hysterischen oder

der sogenannten Mutterplage ab. Alle schwächenden Ursachen, vorzüglich vieles Kaffee- und Theetrinken, zu vieles Sitzen, zu großes Warmhalten, beständige Stubenluft, traurige Leidenschaften, besonders verzweifelte Liebe und Eifersucht, vorzüglich aber jenes Laster (§. 41.) sind die Quellen der hysterischen Krämpfe. Es kommt also nur darauf an, daß der Magen durch diese und andere, durch Essen und Trinken entstandene Ursachen geschwächt, oder voll Unreinigkeiten ist, so leidet er um desto gewisser mit.

Bisweilen sind Würmer vorhanden, die sich im Magen aufhalten und wahrscheinlich aus den Gedärmen in ihn herauf gearbeitet haben, weil sie hier etwa mehr Nahrung finden, als in den Gedärmen. Würmer halten sich überhaupt nur in den Verdauungskanälen auf, so lange diese mit Schleim und Unrath angefüllt sind, und können nicht dauern, wenn dieser Schleim durch gute Lebensordnung und schickliche Arzeneien getilgt wird.

Unterdrückte Ausleerungen gewohnter Blutflusse, der monatlichen Reinigung, der goldenen Ader. Die erstere ist ein wahres Werk der Natur, in dem Baue des weiblichen Körpers gegründet, und zu dessen Vollkommenheit nöthig.

Die

Die Unterdrückung dieses Blutflusses erregt mancherlei Uebel, aber den Magenkrampf nur gewiß dann, wenn der Magen schon vorher durch diese oder jene, von den angeführten, durch böse Lebensordnung schwächenden Ursachen verdorben ist; so wie auch dieser üble Zustand des Magens und der Gedärme gar oft an der Unterdrückung dieses Blutflusses, und, wenn auf seine Unterdrückung Magenkrämpfe entstehen, am mehrsten und gewiß schuld ist. Die goldene Ader hingegen kann der Mensch entbehren, er muß sie nicht haben, obgleich, wenn er einmal daran gewöhnt ist, ihre plötzliche Unterdrückung schädlich werden kann. Die goldene Ader verdankt ihre Entstehung selten etwas anderem, als einer Schwächung der Verdauungswerkzeuge, durch zu starkes Warmhalten des Unterleibes, durch vieles und gekrümmtes Sitzen, durch die Gewohnheit an scharfe gewürzte, erhitzende Speisen, gährende Getränke, vielen Wein (§. 37.) und vorzüglich jenem privilegirten oder heimlichen Laster. (§. 41.) Da ihre Entstehung aus Fehlern der Verdauungswerkzeuge herrührt, da die Blutgefäße, die diesen Blutfluß geben, mit den Gedärmen in genauer Verbindung sind, so sind die Folgen von der Unterdrückung dieses Blutflusses auf die Verdauungswerkzeuge auch immer eher zu erwarten, als bei der unterdrück-

ten monatlichen Reinigung, mit welcher die goldene Ader in Absicht der Ursachen und des Zweckes gar nichts ähnliches hat.

Vertriebener Schweiß der Füße, geheilte alte wässerigte Schaden an den Beinen werden auch oft durch den Magenkrampf auf eine böse Art ersetzt. Schweißige Füße ist oft ein Naturfehler, wie schweißige Hände, den man zwar nicht mit Gewalt vertreiben, aber auch nicht vermehren muß. Wollüstige Personen und Schlemmer leiden am mehrsten daran, doch kann dieser Fehler auch bloß durch Unreinlichkeit und zu starkes Warmhalten der Theile erzeugt, und durch Mäßigkeit, Reinlichkeit und leichte Bekleidung vermindert und oft gehoben werden. Wenn nach plötzlicher Zurücktretung der Magen dadurch leider und Krämpfe bekommt, so war er schon ohne dieß schwach. (§. 40.)

Schmerzhafte Flüsse und die Gicht werfen sich unter eben diesen Bedingungen und bei toller fortgesetzter Lebensart, bei Hülfe verderblicher Quacksalber, ebenfalls leicht auf den Magen, und erregen die heftigsten und oft schnell tödtende Krämpfe. Schwächliche Menschen sind zu Flüssen geneigt, und vermehren diese Neigung durch zu vieles Warmhalten des Körpers, (§. 40.)

und

und durch alle schon angeführten Unordnungen im Essen und Trinken, durch traurige Leidenschaften und besonders durch Wollust. Oft sind die Flüsse nichts, als jene ranzige Schärfe, die entweder durch viel angebranntes Fett in den Körper hereingebracht wird, oder sich bei trägen, fetten, oder zum Fettwerden geneigten Personen, durch stillsitzende Lebensart, Wärme, und besonders wenn Verdruß und Aerger mit wirken, aus dem eigenen Fette derselben entwickelt, und sich in den Häuten der Muskeln festsetzt. Unvernünftige Aerzte behandeln dieß oft als Gicht, mit starken erhitzenden Mitteln, die das Fett des Körpers noch mehr auflösen und scharf machen, wodurch solche Personen Zeitlebens elend werden. — Wollust und Wein, besonders bleiischer Wein, sind die Erzeuger der Gicht. Sie ist mehr ein Nervenübel, als daß sie in den Säften zu suchen wäre, und man mache sich nie gegründete Hoffnung, ein Uebel, daß in einer allgemeinen Verderbung der Natur des Menschen, und vorzüglich des ganzen Nervengebäudes, seine Quelle hat, durch bloße Arzeneimittel heilen zu wollen. Das höchste ist Erleichterung auf einige Zeit; nur eine strenge unwandelbare Lebensordnung eines Cornaro kann hier helfen!

§. 44.

§. 44.

Wie verhütet man den Magenkrampf.

Der Magenkrampf ist leichter zu verhüten, als zu heilen: aber die Menschen sind immer schwächer geworden, die Schädlichkeiten in unsrer Lebensordnung haben zugenommen, die Verführungen zur Schwelgerei, zur Wollust, zur Weichlichkeit werden immer reizender und ausgesonnener, die Gelegenheiten zu Gram, Kränkung, Herzeleid werden immer häufiger unter uns, — daß es also wohl werth ist, zu warnen und zu fragen: wie entgeht man unter diesen Anstalten dem Uebel?

Ein gesunder starker Magen hat freilich nicht nöthig, sich so sehr für die Speisen in Absicht ihrer Eigenschaften zu fürchten, er kann die in ihnen wohnenden Schädlichkeiten überwinden, wenn er alles dieß mäßig empfängt. Ganz bestimmte Vorschriften über die Natur der zu wählenden Speisen im Einzelnen lassen sich einem gesunden Menschen nicht geben, weil der Magen von Natur im gesunden Zustande so leicht nicht, und nur durch Zusammenwirkung mehrerer schädlichen Dinge von außen und von innen, nur durch lange fortgesetztes Sündigen verdorben wird. Daher kommt es, daß gesunde Menschen die War-

Warnungen der Aerzte in Absicht der schädlichen Natur einiger Speisen verächtlich und für Hirngespinnste des Eigensinnes und der Schulgelehrsamkeit halten, weil man in diesen Warnungen keinen Unterschied festsetzt, und die mehrentheils bei kranken oder schwächlichen Personen gemachten Erfahrungen über die Schädlichkeit dieser oder jener Speise, auch stillschweigend auf die Gesunden und Starken anwendet. Allein einige Dinge haben dennoch eine so entschiedene Schädlichkeit, daß sie, wenn sie auch nicht, vermöge der wunderbaren Eigenschaften des Magens und der Gedärme, sogleich nachtheilig sind, doch schlechterdings niemals nutzen können. Nie kann man daher auch dem Gesundesten die Versicherung geben, daß er von ihrem Genusse nichts zu fürchten habe. Es hängt von den übrigen Umständen ab, und eine selbst gute Speise, die vielleicht lange ohne Nachtheil genossen ist, wird dann auf einmal schädlich. Z. B. die Perlgraupen sind eine Speise, die nicht gekauet, sondern in Suppen, so wie die Graupen sind, hinunter geschlürft wird. Unaufgelöst gehn auch die Graupen durch den Stuhlgang wieder ab, und man könnte daraus schließen, daß sie unter die unverdaulichen Speisen gehörten. Dennoch empfinden gesunde Menschen nach deren Genusse kein Drücken, wie es bei schwachen Magen geschieht.

schieht. Aber ich sahe einen gesunden Menschen, der nach einem erhitzenden Wege, sich hungrig, wie er war, eine Perlgraupensuppe wohlschmekken ließ, und denselben Tag einen Magenkrampf bekam, womit er vier Wochen sich quälte, und seitdem jedesmal nach Perlgraupen Drücken bekommt. Kann man aber deswegen die Perlgraupen unter die schädlichen Speisen überhaupt rechnen? — Wenn aber Sachen sind, deren Bestandtheile nichts in sich enthalten, das mit unsern Säften Aehnlichkeit hat, so ist es Pflicht, auch für den Gesundesten, die Warnung dafür und die Ermahnung zur Enthaltsamkeit zu hören, und mit Dank anzunehmen.

Die Antwort auf die Frage: wie beugt man dem Magenkrampfe vor? ist eigentlich eben dieselbe, die man geben muß, wenn gefragt wird: wie erhält man seinen Magen überhaupt gesund? Diese Antwort ergiebt sich von selbst aus allen dem, was ich bisher von den Ursachen der Verderbung des Magens gesagt habe. Die Summe hievon ist diese:

Der Magen wird verdorben, entweder mittelbar oder unmittelbar. Unmittelbar wird er verdorben, durch Dinge, die in ihn gebracht werden. Diese Dinge sind entweder Nahrungsmittel

tel oder Arzeneien. Die Nahrungsmittel sind schädlich, entweder durch ihre Natur, oder durch ihre Menge. Durch ihre Natur sind schädlich alle Nahrungsmittel, die Bestandtheile enthalten, die sich in unsern Säften nicht finden dürfen, alles zu Saure, zu Salzige, Ranzige, Zähe, Schleimige, Gewürzhafte; ferner alle Nahrungsmittel, die die Nerven zu sehr reizen, wohin das Salzige, das Saure, das Fäulichte, das Ranzige, das Gewürzige, Geistige, Betäubende gehört; drittens, alle Nahrungsmittel, die die Muskelfasern des Magens zu sehr erschlaffen, das Fette, das Oeligte, das Heiße; viertens, alles, was durch die Kraft des Magens nicht kann zertheilt werden, das Rohe, das Harte. Durch ihre Menge werden die Nahrungsmittel schädlich, entweder durch Ueberladung auf einmal, oder durch Ueberladung ohne Unterlaß, das ist, durch Essen ohne Hunger. Arzeneien schaden dem Magen, wenn sie ohne Unterlaß und gegen keine wahre Krankheit genommen werden, indem sie ihn zu empfindlich, oder zu stumpf und schwach machen. Mittelbar wird dem Magen geschadet durch alles, was die Nerven des übrigen Körpers zu empfindlich und die Muskelkraft desselben zu schwach macht. Ferner durch Krankheiten, die, aus einer der vorigen Quellen entstanden, den

Kör-

Körper eingenommen haben. Die Regeln also zur Vermeidung des Nachtheils entspringen aus der Kenntniß des Schädlichen selbst, und lassen sich kürzlich darstellen.

Sey mäßig in allen Dingen. Soviel du kannst, vermeide alles gebratene Fett, Fett überhaupt, ranzige Oele, und Backwerk, scharfen Käse und alles, was im Schlunde kratzt und brennt; so viel du kannst, alles scharfe Gewürz, zuviel Salz und Säure; so viel du kannst, Kaffee, Thee, Chokolate; der Wein sei dir Arzenei, und Brandtwein eine starke Arzenei! Iß nie ohne Hunger, nie über den Hunger. Iß nie zu schnell und heiß, sondern kühl und langsam und kaue gut. Schone deines Speichels. Trink nie stark bei der Mahlzeit. Bewege dich nicht zu stark nach dem Essen. Hüte dich vor Pressungen des Unterleibes, es sei nach oder vor der Mahlzeit, und verbrenne alle Schnürbrüste. Halte dich nie zu warm und sey sparsam mit Arzeneien. Halte lieber einmal einen Fasttag, und trinke, wie überhaupt, den göttlichen Balsam, das reine Wasser. Sey kein schändlicher Mensch!!! Sey heiter und froh, laß deine Vernunft herrschen, damit du nicht mißvergnügt und traurig werdest, habe keine Sorgen ohne Ueberzeugung von der Vorsehung, sey Herr deines Zornes!

Sind

Sind diese Vorschriften schwer zu erfüllen? Für einen vernünftigen Menschen nicht! Wie können sie schwer zu erfüllen seyn, da sie uns die Versicherung geben, daß wir dadurch ein langes, gesundes, frohes Leben führen werden, zuverlässig führen werden!

§. 33.

Was kann man, wenn man den Magenkrampf hat, für sich, und ohne Beihülfe eines Arztes, zur Hebung desselben thun?

Der erste Rath, den ich den Unglücklichen dieser Art geben muß, ist der: daß sie sich in diesem Uebel, besonders wenn es schon einige Zeit gedauert hat, nie zu viel Rechnung auf den Beistand der Arzeneien machen müssen. Daß sie sich besonders hüten mögen, mit den Arzeneien oft zu wechseln, und bald dieß bald jenes zu versuchen, am allermeisten aber sich hüten, von Winkelpfuschern und Marktschreiern Geheimnisse und Wundermittel zu nehmen; denn sie haben zu bedenken, daß der kranke Theil der Magen selbst ist, und die Arzeneimittel diesen kranken Theil unmittelbar selbst berühren, und falsche Mittel also, so wie überhaupt viele Arzeneien, das Uebel oft ärger als besser machen. Sie müs-

müssen auch deßhalb sich nicht zu sehr auf Arzenei verlassen, weil es nur selten genug ist, die Schmerzen zu lindern, und den Krampf vom Magen zu verbannen; sie müssen bedenken, was ich ihnen (§. 20.) gesagt habe: daß das Uebel oft unter einer andern Gestalt wiederkommt, und seine Folgen (§. 21.) oft böser sind, als es selbst. Sie müssen bedenken, daß die Grundursachen, zu große Empfindlichkeit der Nerven und die damit verbundene Schwäche der Muskelfasern sind; Ursachen, die sich nicht schnell und leicht heben lassen, da sie nicht schnell entstehen.

Auf diese Grundursachen hat also der Kranke sein Hauptaugenmerk zu richten, zugleich aber die nächste Ursache zu ergründen, wodurch jene Grundursachen zur Thätigkeit, das heißt, zur Hervorbringung des Krampfes, gereizt worden sind.

Er hat also zu untersuchen, bei welcher Gelegenheit, durch welche Speise oder Trank, oder durch welche andere Ursache der Magenkrampf entstanden ist.

Ist eine harte, unverdauliche, scharfe, ranzige, oder mit Ekel oder übermäßig genossene Speise, sind überhaupt gesammelte Unreinigkeiten

ten daran schuld, so müssen diese ausgeleert werden. Ist der Genuß der schädlichen Speise nicht lange her, und weiß der Kranke, daß das Uebel kurz auf jenen Genuß erfolgte, so nehme er, indem er gar nichts zum Abendessen genießt, Abends, eine Stunde vorher, ehe er sich niederlegt, von No. 1. vier gehäufte große Theelöffel voll mit Wasser, alle Viertelstunde Einen. Ohne Thee! — Des Morgens darauf gebrauche er No. 2. Er erwarte diesen und den folgenden Tag, ob das Uebel nachläßt. Er untersuche seine Zunge, ob sie mit vielem gelblichen Schleime belegt sey, ob der Schleim fest oder locker sitze, er sehe des Morgens seinen Urin an, ob er trübe ist und molkig, und merke darauf, ob er viel Kollern im Leibe, Kneipen und übele Blähungen habe, ob ihm die Hüften, die Knie, die Waden wehe thun, und kann aus diesen Zeichen schließen, daß langegesammelte Unreinigkeiten im Magen und Gedärmen vorhanden sind. Diese führe er auf folgende Art aus. Er gebrauche von No. 1. zwei Tage hinter einander alle 2 Stunden einen Theelöffel voll und am dritten Morgen No. 2. Die beiden folgenden Tage wieder No. 1. und am dritten No. 2. Wird die Zunge reiner, der Geschmack besser, und die Krämpfe gelinder nach diesem Gebrauche, so wende man nun No. 3. an, und fahre 8 Tage

lang

lang damit fort, auch 14 Tage, nachdem der Kranke befindet, daß ihm besser wird. Mehr ist selten nöthig, das Uebrige vollendet am besten die Diät, von der ich nachher rede.

Der Kranke muß zugleich auf seinen Stuhlgang Acht haben, ob etwa Würmer mit abgehen, die sich bei so bewandten Umständen oft im Körper aufhalten. Sind welche abgegangen, er empfindet aber keine Unbequemlichkeiten mehr; so lasse er es beruhen, indem, wenn auch noch einige vorhanden wären, die gute Diät sie schon allein vertilgt. Sollten sie aber durch Kneipen noch beschwerlich fallen, so nehme er, wenn No 3. ausgebraucht ist, No. 4. Finden sich aber im Stuhlgange Stücken, die wie Kürbiskernen scheinen, oder ganze lange breite Enden, wie Band; so ist dieß der Bandwurm, wo, wenn das Stück sehr lang ist, man untersuchen muß, ob der ganz spitze Kopf daran sitzt. Ist er nicht daran, und der Wurm macht noch Beschwerden, wohin besonders ein ganz eigenes entkräftendes kältendes Gefühl im Unterleibe gehört, so muß man einen geschickten Arzt darum befragen; denn die eigene Kur ist hier zu mißlich. Macht er aber keine Beschwerden, wie dieß sehr oft geschieht, so lasse man ihn. Bei strenger Lebensordnung geht er allein fort.

Hat

Hat eine Erkältung des Magens, nach starker Erhitzung des Körpers und des Magens selbst, durch kaltes Trinken auf Heißes, Gelegenheit gegeben; so ist erst die Frage: ob es Magenkrampf oder Magenentzündung ist. Die Entzündung unterscheidet sich durch die Heftigkeit der ganzen Krankheit selbst, und durch den ununterbrochenen Schmerz, und durch alle die Zeichen, die ich §. 15. angeführt habe. Der Schmerz des Krampfes läßt nach, und wechselt mit Aufhören und Wiederkommen. Ist es also Krampf; so muß man erst untersuchen, ob grobe schleimige Unreinigkeiten vorhanden sind, wie ich vorher gezeigt habe, und diese müssen zuförderst wenigstens durch No. 2. bald ausgeführt werden. Zugleich aber legt man No. 7. an die Waden und reibt No. 8. in der Herzgrube ein. Ist die Erleichterung danach nicht beträchtlich, und die Zunge nur bloß mit einem feinen weißen Ueberzuge belegt, daß also wenig grobe Unreinigkeiten da sind; so lege man No. 7. auf die Herzgrube, und nehme No. 10. Abends mit Fliederthee, worin in jede Tasse 8 Tropfen von No. 9. getröpfelt werden, und lege sich damit nieder. Auch kann man, wenn die Natur noch nicht sehr an Arzenei gewöhnt ist, es zuförderst mit bloßem Fliederthee versuchen, wovon man einige Tassen, nachdem man ein Paar Eßlöffel voll Weinessig

mit

mit Wasser vermischt genommen, nachtrinken kann.

Ist ein zurückgetretener Fluß schuld, so daß mit dem Magenkrampfe der Schmerz in dem vorher befallen Theile verschwunden ist, so lege man das Pflaster No. 7. auf den Theil, der vorher befallen war, und in die Herzgrube reibe man No. 8. Der Schmerz tritt gewöhnlich bald wieder an den alten Ort, und dann suche man, durch einige Wochen fortgesezten Gebrauch von No. 3., durch fleißige mäßige Bewegung, bei der übrigen strengen Lebensordnung, durch Heiterkeit und kühles Verhalten, dem Körper Reinigung und Stärke zu verschaffen, und das alte Uebel so ganz zu zerstören. Hitzige Schwitzmittel fliehe man wie eine Schlange. — War aber der auf den Magen geworfene Schmerz vorher ein Kopfschmerz, so lege man das Pflaster No. 7. auf die Waden oder unter die Fußsohle, und nehme am Morgen drauf No. 4. Uebrigens verfahre man zur möglichsten Tilgung des Uebels wie ich eben gesagt habe.

Bei zurückgetretenem Fußschweiße thun zur neuen Hervorbringung dieses Schweißes laue Fußbäder mit Chamillen und Asche, und ein Paar Sohlen von Wachstaffet, die man unter dem bloßen

bösen Fuß legt, die besten Dienste. Uebrigens muß man nicht vergessen, daß mehrentheils der Reiz von schleimigten, galligten Unreinigkeiten im Magen das Zurücktreten jenes Schweißes, wo nicht bewirkt, doch wenigstens den Weg nach dem Magen gebahnt hat. Man muß also dahin sehen, ob diese Unreinigkeiten mit ihren schon angegebenen Zeichen vorhanden sind, und sie ausleeren. Zugleich aber muß man sich bemühen, durch beständige Reinhaltung des Magens und der Gedärme, vermittelst der bessern Lebensart, künftig diesem Ausflusse der Füße den Weg nach dem Magen unmöglich zu machen, damit man desto sicherer, durch Reinlichkeit, Kühle und Entblößung der Füße, dieser Last ein glückliches Ende machen kann.

Wenn alte wässerigte fressende Hautgeschwüre, besonders an den Füßen, die immer von galligter Schärfe herrühren, schnell getrocknet werden, und der Magen dadurch leidet, so gebrauche man sogleich No. 2. und lege No. 11. auf die getrocknete Stelle des Beines, um den Ausfluß fürs erste wieder dahin zu leiten. Man thut am besten, wenn man sich nachher ein Fontanell legen läßt. Bei dem einige Zeit fortgesetzten Gebrauche von No. 3. und etlichemale Purgieren, vorzüglich aber durch eine strenge,

ordentliche nüchterne Lebensart, findet die beste Heilung solcher Geschwüre Statt, wo äußerliche Mittel wenig oder gar nichts thun. — Ich muß hier eines sehr angenehmen und besonders in solchen Fällen sehr nützlichen Hauspurgiermittels gedenken. Man nehme des Morgens nüchtern einen Eßlöffel voll cremor tartari, mit reinem Wasser, und esse hinterher einige saftige Birnen oder geschabte Aepfel. Es wirkt außerordentlich sanft, führt die galligte Schärfe ab, und verbessert sie zugleich. Wenn man ja aus Vorsicht jährlich ein Paarmal purgieren will, so kann man im Herbste dieß auf diese unschädlichste Art thun.

Wer zu Magenkrampf geneigt ist, hat auch Anlage zum Podagra. Wenn das Podagra durch Schrecken, Erkältung, oder gar durch äußerliche zurücktreibende Dinge, z. E. Kampherspiritus, zurück und auf den Magen tritt, fürchterliche Krämpfe, Brechen, Entzündung und oft schnellen Tod verursacht, so helfe man, wenn Brechen da ist, nach, durch No. 2. lege sogleich das Pflaster No. 7. unter die Füße, oder, wenn dieß nicht gleich da ist, reibe sie mit scharfen Bürsten, oder peitsche sie mit Brennessel. Uebrigens wiederhole ich, was ich schon davon (§. 43.) gesagt habe: Man suche die Gicht zu ver-

vermeiden; wenn sie aber da ist, so suche man ihr durch Lebensordnung alle Kräfte zu benehmen. Angriffe durch Arzeneien tödten sie nicht. Gegen ein so fürchterliches Uebel müssen große und nicht kleinliche Anstalten getroffen werden.

Unterdrückte gewohnte Blutflüsse müssen hergestellt werden, wenn sie Ungemach und unter diesen den Magenkrampf erregen. Die monatliche Reinigung, habe ich schon (§. 43.) gesagt, ist, wenn ihre Unterdrückung Magenkrampf erregt, fast immer nur durch den Reiz der Unreinigkeiten in den Verdauungswerkzeugen unterdrückt worden. Ihre Wiederherstellung geschieht daher auch am besten, wenn man bis zu dem Zeitpunkte, da sie sich wieder einstellen müßte, erst einmal durch No. 2. brechen läßt, alsdann den Gebrauch von No. 3. fortsetzt und zur Zeit der vermuthlichen Wiederkunft No. 4. giebt. Mäßiges, ordentliches Leben, Vermeidung jener Ursachen, die ich (§. 43.) genannt habe, müssen und können ihre anderweitige Unterdrükkung verhindern. Sind aber andere Ursachen ihrer Unterdrückung vorhanden, die dennoch selten sind, so muß ein geschickter Arzt die Sache selbst untersuchen.

Bei der unterdrückten goldenen Ader, und dem dadurch erregten Magenkrampfe findet dieselbe Kur Statt. Man suche durch Reinigung des Magens und der Gedärme den Reiz wegzuschaffen, man lasse am Fuße zur Ader, oder lasse sich Blutigel an den Mastdarm setzen, und bediene sich des Pfeffers; etwas stark genossen, so ist das zu ihrer Wiederherstellung und zur Abhelfung der Beschwerden zwar gemeiniglich hinreichend; allein das ist sehr wenig! Dieser heimliche Feind der Gesundheit, wenigstens ein sehr lästiger Freund, kann wieder aufs Neue Unheil anrichten. Dieß verhindere man durch fortgesetzten Gebrauch von No. 3. Durch reines Wassertrinken, durch Vermeidung des Weines und der Wollust, kurz, durch gutes vernunftmäßiges Leben.

Dieß sind unter den sogenannten nächsten Ursachen des Magenkrampfes die gewöhnlichsten, die am öftersten vorfallen, und die hier beschriebene Art, ihnen abzuhelfen, kann jeder vernünftige Mensch, wenn er keinen guten Arzt haben kann, selbst ausüben. Er wird dabei keinen Irrthum begehen, der nachtheilige Folgen haben könnte, wenn er nur mit Aufmerksamkeit und Bedacht alles, was darüber gesagt ist, lesen will. Es giebt indessen einige Verwickelungen

des

des Magenkrampfes mit andern bedeutenden Uebeln des menschlichen Körpers, deren Kur, wenn man vernünftig seyn und sich bei einem unglücklichen Ausgange keine verdienten Vorwürfe machen will, man nicht ohne vollständige Kenntniß für sich selbst unternehmen kann, sondern einem würdigen Arzte anvertrauen muß. Wenn daher Magenkrämpfe, deren nächste Ursachen, — die ich so eben angegeben, — durch die Kur, — so eben angezeigt, — gehoben sind, dennoch, bei der guten Lebensordnung, — die ich jetzt nochmals wiederholen will, — nicht weichen wollen; so suche man Hülfe bei einem gelehrten redlichen Arzte. — Doch ich versichere euch, ihr Gequälten! — ein solcher Magenkrampf, bei dem diese hier angezeigte arzeneiliche Kur der nächsten Ursachen, und die durch ordentliches Leben bewirkte Kur der Grundursachen vergeblich und ohne Erfolg wäre, ein solcher Magenkrampf ist ein äußerst, äußerst seltenes Uebel! Habet Muth und feste Zuversicht zu euch selbst! — denn es ist nicht bloß um des Magenkrampfes willen, es ist um seiner verderblichen Folgen, es ist um eurer ganzen Gesundheit, um eurer künftigen armen unschuldigen Kinder, um des ganzen künftigen Geschlechtes Gesundheit und Wohlfahrt willen, daß ihr Zutrauen zu euch selbst haben sollet, und den Muth, eure verlore-

ne

ne Körperkraft wieder herzustellen, die Unordnungen wieder in eine freudige Ordnung zu bringen, durch ein festes, vernünftiges, Gott und die Natur ehrendes Leben.

Ich wiederhole also nochmals, Unglücklicher, dir, was dem, der sich vor deinen Leiden schützen mögte, gesagt ist, und was du ganz, ganz erfüllen mußt, wo der Gesunde sich allenfalls noch einige Nachsicht erlaubt, die dir aber schädlich ist.

Sey mäßig in allen Dingen! Vermeide auf immer alles gebratene Fett, Fett überhaupt so viel als möglich! Alles Oel entferne soviel du kannst, denn nichts von diesen giebt dir Kraft oder Nahrung, oder Munterkeit, sondern lauter Verderben! Alles was im geringsten ranzig ist, halte für Gift; du kannst bessere Dinge haben, ohne reich zu seyn! Fettes Backwerk versuche nie eher, bis du wieder völlig gesund und stark bist, und auch dann nur, um zu kosten! Scharfen Käse, und alles, was im Schlunde im geringsten kratzt und brennt, wirf verächtlich von dir; denn es ist der Wille des Schöpfers einer so unendlich reichen Welt nicht, daß mäßige Menschen aus Mangel an Ueberfluß dergleichen essen sollten. Gewürz, Salz, Säure halte für das, was sie sind,

ſind, — Arzeneien! aber keine Nahrungsmittel; gebrauche ſie daher behutſam, wie Arzenei! Kaffee, chineſiſchen Thee und Chokolate trink nicht anders, als eine wahre Seltenheit, und ſo lange du vom Magenkrampfe noch nicht frei biſt, trinke ſie ſchlechterdings gar nicht! Dein Uebel geht deſto geſchwinder fort. Der Wein ſey und bleibe dir nichts weiter, als Arzenei; und Brandtwein eine ſtarke Arzenei! Iß nie ohne Hunger, und ſollteſt du einen ganzen Tag ungegeſſen hinbringen! Glaube nicht, daß es Schande ſey, nichts gegeſſen zu haben. Wenn dich hungert, ſo verſuche es einmal, wie wohl dir den ganzen Tag ſeyn wird, wenn du gerade nicht mehr genießeſt, als es der bloße Hunger erfordert. Unter deinen Umſtänden iſt es deine Pflicht. Fliehe daher, ſo viel dir möglich iſt, alle gekünſtelte Speiſen; denn du wirſt dadurch betrogen, und iſſeſt mehr als dich hungert. Iß immer langſam und ſchlinge die Speiſen nicht, kaue gut, und ſetze dich daher nie mit einem Kopfe voll Sorgen und Gedanken an den Tiſch, denn du iſſeſt dir lauter Pein. Schlucke nichts hinunter, was deine Zähne nicht durchaus zermalmt haben. Iß nie heißer, als dein Mund iſt, ſondern kühl oder Milchwarm! Schone deines Speichels, und wenn du bei der Angewohnheit des Tobacksrauchens viel Speichel auswerfen mußt, ſo iſt es deine

Pflicht,

Pflicht, dem Toback zu entsegen. Bei der Mahlzeit trinke wenig, und um dieß zu können, spare das Salz an deinen Speisen. Wenn du trinkst, so trinke wenig auf einmal und lieber oft. Hüte dich, deinen Unterleib einzupressen, es sey durch Krummsitzen oder durch enge Kleider, oder gar durch Schnürbrüste, es sey vor oder nach der Mahlzeit. Bewege dich nie zu stark nach dem Essen, sondern ruhe und sey still, ohne körperliche und geistige Arbeit. Du kannst nachher alles wieder durch verstärkte Kräfte einbringen. Iß auch nicht gleich nach starker Arbeit oder Bewegung, sondern ruhe erst. Trink nicht gleich, wenn du erhitzt bist, und nun ruhen willst, oder nimm zuvor ein Glas Wein. Vorzüglich trink nach Erhitzung kein kaltes Wasser, lieber Bier, und bewege dich dabei. Setzest du aber deine erhitzende Arbeit fort, daß du etwa auf einer Wanderung begriffen bist, so kannst du ohne Gefahr, auch als Schwacher, der den Magenkrampf hat, Bier, nur kein Wasser trinken, dann weiter wandern. Nur trinke langsam!! Es ist nicht nöthig, daß du vorher Brodt issest. — Halte dich nie zu warm, du machst dich schwächlich, und kannst dich nachher mit der Witterung und der schönen Natur nicht vertragen. Gewöhne dich, in deinem Hause so leicht und luftig bekleidet zu gehen, als möglich! Laß die stärkende

Luft

Luft oft deinen nackten Körper berühren, und vorzüglich wasche Gesicht, Hals und Hände, alle Morgen und öfter, mit kaltem Brunnenwasser; denn so wie du dadurch deine Haut stark machst, so stärkst du auch deinen Magen. Sey sparsam im Arzeneinehmen! Nimm nie welche, ehe es die Noth erfodert! Vorzüglich laß in deinem Leben nicht zur Ader, wenn dir es nicht ein geschickter Arzt räth! Glaube, daß es Fleiß und Mühe kostet, daß Gelehrsamkeit und guter Wille dazu nöthig ist, um ein rechtschaffener Arzt zu seyn, und sey daher nicht unvernünftig, dich, deine Gesundheit, dein Leben, deiner Familie Wohlfahrt, einem Pfuscher, einem Marktschreier oder einem Arzte anzuvertrauen, der nicht eigentliche Gelehrsamkeit besitzt, und dabei ein rechtschaffener Mann ist. Ehe du dich einem schlechten Arzte anvertraueſt, versuche lieber, was deine Natur vermag, halte einen Fasttag, und siehe zu, wo es hinaus will. — Ein Gesunder kann wohl Bier trinken; noch gesunder würde er seyn, wenn er bloß Wasser tränke. Du also, der am Magenkrampfe leidet, trinke nichts, als reines Wasser! — Ich weiß wohl, daß einigen unter euch das Wassertrinken schwer wird, daß sie sagen: das Wasser lösche den Durst nicht, und beschwere ihren Magen; — aber ich versichere, das sind leere Einwendungen der Weichlichkeit

und

und Wollust. Anfänglich greift das reine Wasser den verzärtelten Magen etwas an, wie eine Arzenei; aber das fortgesetzte Trinken desselben offenbart bald seine herrlichen Wirkungen. Das reine Wasser ist unter allen Verdauungsmitteln auf der Erde das beste. Die Bestandtheile des reinen, frischen Quell- oder Brunnenwassers sind gerade die, die die Mischung der Speisen im Magen am besten mit befördern können, die sowohl das Gähren als das Faulwerden der Nahrungsmittel verhindern, die selbst durch die feinsten Gefäße mit Kraft durchgehen, und die vorhandenen erdigten Verstopfungen zertheilen und ausführen können. Gewiß, das Wasser ist Balsam der Natur! — Uebrigens halte dich reinlich, so viel dir möglich ist! und — — sey — sey kein schändlicher Mensch!!! Nicht als Eheloser, nicht als Ehelicher! — Raffe alle deine Kräfte zusammen, und sey, wenn du es gewesen bist, — sey es nicht mehr!! sey es nicht mehr, was du warst! — — Sonst gehe, wohin du willst, suche, bettle, erwinsele dir Hülfe für dein Elend; es kann dir keiner helfen, wenn du dir nicht helfen willst! —

Sey heiter, sey froh! laß deine Vernunft über jede Leidenschaft herrschen, damit dich keine betrübe, damit du dich freudig und stark von den

den Sorgen loswinden könnest! Habe den Gedanken an die Vorsehung des Ewigen immer gegenwärtig; denn das macht freudig, und freudig macht gesund. Sey Herr deines Zornes! — und leicht, sehr leicht kannst du das seyn, wenn du Herr deines Magens bleibst! — Sey glücklich, und tritt mit voller Empfindung hin und danke, danke deinem Schöpfer, daß er das Erdeleben so schön, so voll Freuden und Wonne gemacht hat! — und das wirst du können, das wirst du, wenn du thust, was dir die Dollmetscherin des Ewigen, die verständliche Natur, befiehlt, wenn du diesen Weg, den ich dir vorgezeichnet habe, wandelst!

Arzeneien.

Ich habe, den Lesern, die Gebrauch von diesem Büchlein machen, zur Bequemlichkeit, die Arzeneien, die ich ihnen empfohlen habe, hier zusammengestellt, nach Nummern, die der Text anzeigt, und wollte sie vorzüglich aufmerksam auf die Hauptwirkung dieser Arzeneien machen. Sie müssen sämmtlich aus einer guten reinlichen Apotheke genommen werden!

No. 1.

No. 1.

℞. Crem. tart. unc. j. S.
pulv. rad. ipecac. gr. v.
Sacch. alb. unc. S.
ol. foenicul. d. gtt. vjii.
M. D.

Diese Arzenei reizt den Magen gelinde zur Thätigkeit, mildert den krampfhaften Zustand desselben, und treibt ihn an, das in ihm befindliche Grobe und den an seinen Seiten klebenden Schleim loszuarbeiten. Brechmittel können den Schleim aus dem Magen nicht immer fortschaffen, wenn er vorher nicht los und locker gemacht ist, welches dieses Pulver thut. Wer bei bloßer Verschleimung des Magens, bei Mangel der Eßlust, sich etwa vor Brechmitteln fürchtet, kann, wenn er dieses Pulver sich dreifach machen läßt, und täglich alle 2 Stunden 2 Theelöffel voll davon nimmt, übrigens wenig ißt, und bloß Wasser trinkt, seinen Zweck schon erreichen, und die Verdauungswerkzeuge von ihrem Schleime befreien. Es bereitet den Magen zu der Wirkung der Brechmittel vor, damit sie den Schleim und die Unreinigkeiten, die sie wegschaffen sollen, schon los finden.

No. 2.

No. 2.

℞. Tart. emet. gr. x.
Solv. in aq. menth. unc. v.
D.

Dieß ist ein Brechmittel, wovon man, wenn man es gebraucht, alle halbe Viertelstunden einen halben Eßlöffel voll nimmt, bis man Neigung zum Erbrechen verspürt. Alsdann, eher aber nicht, trinkt man einige Tassen Flieder- oder Chamillen- aber keinen chinesischen Thee nach. Folgt das Erbrechen rasch und stark, so nimmt man von dem Brechtranke weiter nichts. Zögert das Erbrechen aber, so nimmt man noch einen halben Eßlöffel voll, bis daß ein sechsmaliges Erbrechen erfolgt ist. Ein solches Brechtränkchen ist besser als ein Brechpulver, weil man bei jenem aufhören kann, wenn man will, und es für hinlänglich hält; da man hingegen nach einem Brechpulver oft so lange brechen muß, als ein Körnchen von dem Pulver sich im Magen befindet.

No. 3.

Nimm Glaubersches Salz 6 Loth.
Löse es in einem Maaße (24 Loth) heißem Wasser auf,
verwahre es in einer guten Bouteille.

Von

Von dieser Auflösung nimmt man in den angezeigten Fällen alle Morgen einen guten Weintömer voll. Es ist unter dieser Gestalt eines der vortrefflichsten Schleimauflösenden Mittel. Sein Nutzen, als solches, ist noch weit größer, als der, den es als Purgiermittel hat.

No. 4.

℞. Crem. tart.
pulv. rad. Ialapp. aa dr. S.
M. D.

Dieß ist eins der bequemsten und sichersten Purgiermittel, wenn offenbare Unreinigkeiten da sind. Als vorbauendes Reinigungsmittel ist aber das besser, welches ich §. 45. empfohlen habe.

No. 5.

℞. Extract. cort angustur. dr. ji.
solv. in aq. menth. piperit. unc. j. S.
ess. amar. unc. S.
D.

Ich habe diese Arzenei zwar nicht in dem Büchlein selbst angeführt, weil ich vorzüglich auf unbemittelte Menschen Rücksicht genommen habe, und überzeugt bin, daß die beste Stärkung des Ma-

Magens durch Enthaltsamkeit und taugliche Nahrung bewirkt werde. Dennoch ist diese Arzenei ein vortreffliches Magenstärkendes Mittel, dessen man sich bedienen kann, wenn die Krämpfe überhaupt nachgelassen haben, als auch während dem Gebrauche von No. 3. so, daß wenn von jenem No. 3. des Morgens ein Weinrömer voll genommen ist, von diesem No. 5. gegen elf Uhr, oder eine Stunde vor dem Mittagsessen 2 Theelöffel voll genommen werden. Wer aber rechtes Vertrauen zur Natur hat, und ihr folgen will, kann dieses Stärkungsmittel bloß durch die vorgeschriebene Diät ersetzen.

No. 6.

℞. Camphor. gr. ji.
Sacch. alb. dr. S.
M. D.

Auch diese Arzenei habe ich in dem Büchlein nicht mit angeführt. Manche Menschen können den Kampfer nicht vertragen. Wer ihn aber leiden kann, dem rathe ich, daß er beim Magenkrampfe, der vorzüglich durch Erkältung entstanden ist, sich sechs solcher Pulver, wie ich hier eins vorgeschrieben habe, machen lasse, und alle 3 Stunden eins mit kaltem Fliederthee nehme. Es thut oft wundernswürdige Wirkung, und schadet

bei dem, der den Geruch des Kampfers leiden kann, auf keine Weise.

No. 7.

Nimm guten Sauerteig 4 oder 6 Loth,
gestoßenen Senf 2 oder 3 Loth,
gedörrtes Salz 1 Loth,
mische alles mit scharfem Weineßig zu einem dicken Teige.

Diesen Teig streicht man auf Leinwand oder auf Papier, etwas dicker, als ein starker Messerrücken, und legt ihn auf die verlangte Stelle, die man vorher mit etwas Weinessig und einem wollenen Lappen ziemlich reibt. Dieses Pflaster wirkt viel schneller, als das spanische Fliegenpflaster; es erregt Schmerz, Röthe, und lockt die Säfte an den belegten Ort. Man muß es nie bald wieder abnehmen, sondern die Binden so lange darum lassen, bis der Kranke eigentlich nicht mehr über den Schmerz bestimmte Klage führt. Man muß bei dem Abnehmen ein wenig hart seyn, und es schnell abreißen, um den Schmerz, auf den hier alles ankommt, zu vermehren. Den rothen Fleck verbindet man allenfalls bloß mit einem aufgelegten wollenen Tuche. Es thut dieses Pflaster in Ableitung eines

eines Flusses, der sich auf edle Theile geworfen hat, schnelle und vortreffliche Dienste.

No. 8.

℞. Sev. cervin. unc. j.
castor. gr. x
camphor. Scr. j.
opii gr. vi.
ol. thereb. dr. ji.
chamom. d. gtt. xx.
M. exact. D.

Diese Salbe dient zum Einreiben in der Herzgrube, um die Wuth der Krämpfe zu mildern. Man kann von Stunde zu Stunde einer halben Haselnuß groß davon gebrauchen, und das Eingeriebene mit Flanell bedecken.

No. 9.

℞. Liq. anod. Lentin. dr. jjj.
Ess. castor. dr. j.
Laud. vinos. Scr. S.
M. D.

Um die heftigsten Anfälle der Krämpfe zu mindern, und den Schweiß zu befördern, dienen diese Tropfen, in Fliederthee genommen, vor-

trefflich. Man trinke nach und nach, und nur lau warm, 4 bis 5 Tassen, und versetze jede Tasse mit 8 bis 12 Tropfen. Ohne Noth muß man aber diese Arzenei nicht gebrauchen, weil die Natur sich sonst daran gewöhnt.

No. 10.

Gereinigter Salpeter.

Dieß ist ein vortreffliches Mittel, die Spannungen zu lindern, die Ausdünstung zu befördern, und zu beruhigen, wenn man es, in Fliederthee, einen guten Theelöffel voll in einer Kanne von 5 Tassen aufgelöst, oder auch des Tages über in einem Glase Wasser, welches ohngefähr ein halbes Maaß hält, einen Theelöffel voll, zum gewöhnlichen Getränke nimmt. Man hört aber damit auf, wenn keine Schmerzen mehr da sind, und bleibt bei dem reinen Wasser allein.

No. 11.

Digestiv Salbe.

Zum Reiz auf vertrocknete Beingeschwüre.

Ich muß hier noch erinnern, daß ich denen, die gerne Thee trinken wollen, den Thee vom Salvei empfehle. Wenn man die trocknen Blätter,

ter, etwa 10 oder 12 zu 4 bis 5 Tassen, mit dem kochenden Wasser begießt, und so lange darin läßt, bis das Wasser eine hellgrüne Farbe hat, und sie sodann herausnimmt, so ist es ein sehr angenehmer wohlschmeckender Thee. Seine vortreffliche Kraft aber, die er auf die Nerven äußert, und die Heiterkeit, die Erquickung, die er nach und nach dem ganzen Körper mittheilt, werden diejenigen preisen, die sich seiner anhaltend bedienen.

Zuletzt muß ich noch anführen, daß, weil die mit Blei vergifteten Weine dem Magen den unsäglichsten Schaden zufügen, man durch das Pulver, welches, eine Erfindung eines unsrer vortrefflichsten Aerzte, in §. 14. angeführt ist, diese Vergiftung sogleich entdecken könne. Man nehme von diesem Pulver etwas, einige Theelöffel voll, und schütte es in ein Glas voll Wasser, worein etwa eine gute Theetasse voll geht. Schüttle es unter einander und lasse es einige Stunden stehen, bis es klar ist. Von dieser Flüssigkeit tröpfle man etwas in den Wein, und wenn er Bleigift bei sich hat, so fällt ein schwärzlicher Bodensatz nieder. Fällt dieser nicht, so ist der Wein rein.

Anhang.

Ich habe in dem Büchlein der Cornarischen Diät erwähnt; da aber vielleicht die wenigsten der Leser, für die dieses Büchlein geschrieben ist, wissen mögten, was jene Diät eigentlich sey: so halte ich es nicht für überflüßig, sie darüber zu belehren.

Ludwig Cornaro war ein vornehmer reicher italienischer Edelmann, der 1566. zu Padua in einem über hundert Jahr hinaufgebrachten Alter starb, — so starb, wie es eigentlich der Wille der Natur ist, daß die Geschöpfe ihr Erdenleben verlassen sollen, — sanft, ohne Qual, vielmehr mit der wohlthuenden Empfindung, die man hat, wenn man einschläft. Und doch war dieser Cornaro in seiner Jugend ein erklärter Wüstling. Sein vornehmer Stand, sein großes Vermögen, sein fähiger Geist, sein feuriges Temperament, — die ihm hätten Mittel seyn sollen, ein vortrefflicher brauchbarer junger Mann zu werden, — waren nur, wie das auch bei uns eine sehr gewöhnliche Sache ist, Verführer, die ihn zu einem, in allen Wollüsten umherschwelgenden Tauge-

genichtse machten. Wie alle solche Wüstlinge glaubte auch er, seiner Natur Trotz bieten zu können, weil sie die Verbrechen nicht auf der Stelle bestrafte; allein die Strafe der Natur bleibt niemals, niemals aus, obgleich sie bisweilen verzögert wird. Die guten Körperkräfte Cornaros hatten ihn so ziemlich geschützt, bis gegen sein fünf und dreißigstes Jahr. Gewöhnlich ist dieß der Zeitpunkt, wo sich die natürlichen Folgen unvernünftiger Lebensart, eine nach der andern, richtig einstellen, und von wo an der vorher so übermüthige Uebertreter der Vernunftgesetze, der freche Spötter der Aerzte und ihrer Kunst, schmerzliche Buße thun muß, und nun bis an sein elendes Ende oft gar nicht aus den Händen — gewinnsüchtiger — Aerzte kommt. Cornaros Zustand war derselbe. Er bekam den Magenkrampf, bekam die Gicht, wurde von einem schleichenden Fieber ausgedorrt, und der allen Verwüstungen trotzende Körper war überall baufällig und nichts mehr werth. Nun sollten Aerzte und Arzeneien helfen; aber der Unglückliche machte die sehr gewöhnliche Erfahrung, daß Aerzte durch Arzeneien sehr wenig vermögen, wenn die Natur nicht selbst hülfreiche Hand leistet. Einen so verdorbenen und seiner Zerstörung so sehr entgegen eilenden Körper durch Arzeneimittel gesund machen wollen, ist ein eben so

ver-

vergebliches Unternehmen, als ein Haus, das seit langer Zeit allen Anfällen von Stürmen und Wettern ausgesetzt und seinem Einsturze nahe ist, durch einige untergelegte Mauersteine wieder zu einem guten wohnbaren Hause zu machen. Cornaro hatte das Glück, vernünftige Aerzte zu treffen, die ihm die Hoffnung, durch Arzeneien gesund zu werden, geradezu benahmen, und ihm die Weisung gaben, daß in einer strengen, mäßigen und ordentlichen Lebensart ganz allein noch Rettung und Heil für ihn übrig sey. Allein Cornaro hatte, wie alle dergleichen Menschen, die an der Wollust der Sinne und besonders des Gaumens gewöhnt sind, keine Neigung, auf den Rath dieser treuen aufrichtigen Männer zu hören. Er gebrauchte Arzenei, und bekümmerte sich um die empfohlene gute Lebensordnung gar nicht. Es schien ihm noch immer gar zu hart, seinen vorigen Neigungen abzusagen, und er gesteht selbst, daß er seine Aerzte hintergangen, und seine fortgesetzte heillose Lebensart ihnen nicht entdeckt habe. So toll kann ein Mensch seyn, selbst ein Mensch, der sehnlich nach der Befreiung von seinen Uebeln verlangt, so unvernünftig, daß er sich selbst betrügen, daß er die Rettung zwar wünschen, aber die Rettungsmittel selbst verwerfen kann. Cornaro blieb ein Sklave seiner Unvernunft und ein Opfer seiner Leiden, bis in

sein

sein vierzigstes Jahr. Die Zuversicht zu den Arzeneimitteln wurde durch die Erfahrung nun endlich schwach, und die Aufmerksamkeit auf das einzige übrige anempfohlene Rettungsmittel, die Diät, wurde nun so stark, daß sie den Kranken antrieb, wenigstens einen Versuch zu machen, besonders da die Aerzte ihm die traurige Versicherung gaben, daß sein Zustand in einiger Zeit völlig hülflos und der Tod unvermeidlich seyn werde. — Alle Menschen, die noch nicht genug gelebt haben, fürchten den Tod über alles, so daß man gewissermaßen die Furcht vor dem Tode als ein Kennzeichen annehmen kann, daß ein Mensch noch nicht genug gelebt habe. Cornaro hörte das Urtheil seiner Aerzte mit Grauen, und da er nicht läugnen konnte, vielmehr sich selbst überzeugt hatte, daß ein unvernünftiges wüstes Leben theils überall nachtheilig, als auch besonders die Quelle seiner eigenen Leiden sey, so machte er zuförderst den ganz natürlichen Schluß: daß ein vernünftiges ordentliches Leben überhaupt wenigstens das Gegentheil von den Wirkungen einer wüsten Lebensart schlechterdings bewirken müsse. Er entschloß sich demnach ernstlich, eine strenge ordentliche Lebensart, wie sie ihm die Aerzte gerathen hatten, anzufangen, und gesteht, daß er schon in kurzer Zeit die guten Folgen derselben empfunden, und, ehe noch ein Jahr

ver-

verlaufen, von allen seinen Krankheiten ganz und gar befreiet worden sey. Froh über einen so glücklichen Erfolg seines Gehorsams gegen Vernunft und Natur blieb er auch nun dabei, und — dieser vom Rande des Grabes zurückgekehrte Wüstling, dessen körperlichen Kräfte beinahe schon alle erschöpft waren, sahe die blühendste Jugend und die stärksten Männer vor sich her ins Grab taumeln; — er, der einst schon der Vergessenheit des Todes übergeben zu werden reif war, sahe ganze Menschengeschlechter von der Erde verschwinden, und stand als ein hundertjähriger Greis, froh und heiter, wie ein Patriarch der Urwelt, unter einem Geschlechte, dessen größter Theil damals noch ungeboren war, da er selbst schon zum Tode bestimmt wurde. In seinem drei und achtzigsten Jahre schrieb er sein Büchlein, worin er diese seine Geschichte und die Folgen seiner Mäßigkeit erzählt. Ein gewisser Geist der Munterkeit und des Frohsinnes ist durch die ganze Schrift ausgegossen; man wird durch den Ton, womit der heitere nüchterne Greis erzählt, und seine Lebensweise anpreist, selbst überzeugt, daß er Recht habe, und weder Schwärmer noch Betrüger und Lügner sey. Kein Cagliostro oder sonst ein verrückter und betrügerischer Wundarzt, der durch Arzeneimittel und Geheimnisse langes Leben zu bewirken sich ver-

vermißt, redet so in Einfalt und Schmucklosigkeit, wie der gute alte Cornaro, der Nichts von dergleichen Wundermitteln empfiehlt, sondern ganz allein die Einrichtung des Lebens nach Vernunft und Natur. Es gewährt in der That ein sehr reines Vergnügen, wenn man diesen heitern Greis erzählen hört, und die Schilderungen von der Glückseligkeit in seinem hohen Alter sind gewiß ein Gemälde, das nur ein Mensch von sehr stumpfem Gefühle ungerührt betrachten kann. Rüstig, wie ein Jüngling steht der alte Mann da und sagt: „Es haben Einige, die ihren Sinnen fröhnen, und dem Rathe ihrer Vernunft nicht Folge leisten, eingewendet: daß man nicht Ursache habe, sich ein langes Leben zu wünschen, weil man ein solches nach dem fünf und sechzigsten eher einen langsamen Tod als ein heiteres Leben nennen könne, und daß es nach dem siebzigsten Jahre nichts, als Schwäche, Verdruß und Elend sey. Aber durch meine eigene Erfahrung kann ich bezeugen, daß jene Leute gar sehr irren, wenn ich von den Freuden und Ergötzungen erzählen werde, die mir mein Alter von drei und achtzig Jahren noch verstattet, so, daß man mich überall glückselig preist. Ich lebe immerhin gesund, und bin so munter, daß ich mich sehr leicht von gerader Erde auf ein Pferd schwingen, sehr leicht hohe Treppen und Hügel zu Fuße ersteigen kann.

Ich

Ich bin immer aufgeweckt, fröhlich und vergnügt, allen Herzensbekümmernissen und lästigen Gedanken habe ich Lebewohl gesagt, und Frohsinn und Ruhe erquicken mein Herz. Ich lebe mir nicht zum Ueberdruß, sondern erwarte das Ende meiner Tage mit Heiterkeit.“ Es ist vortrefflich zu hören, wenn er erzählt, wie ihm sein langes Leben und seine ununterbrochene Gesundheit fähig gemacht hat, wüste Landstriche zu bebauen, und mit einer Zahl Ansiedler zu bevölkern, und den glücklichen Erfolg dieser seiner Anstalten, — nicht seinen Enkeln zum frohen Genusse zu überlassen, — sondern selbst zu erleben, selbst zu sehen, selbst zu genießen. — Wie ein Bild aus dem sogenannten goldenen Zeitalter erscheint es uns, wenn er sagt: — „Man kann die Beschaffenheit meines Seelen- und Leibes-Zustandes auch daraus abnehmen, daß ich in diesem meinen drei und achtzigsten Lebensjahre ein Lustspiel geschrieben habe, voll Scherz und lustigen, die Sittsamkeit nicht beleidigenden, Einfällen. Solche Dichtungen gehören sonst nur in das Jugendalter, weil sie der Neigung desselben zur Lustigkeit gemäßer sind, da hingegen ein Trauerspiel dem Alter näher liegt, des herrschenden Ernstes wegen, der nur Trauergeschichten liebt. Rühmt man einen gewissen griechischen Dichter, weil er in seinem drei und siebzigsten Jahre ein Trauer-

spiel

spiel schrieb, und hat man hieraus auf seinen gesunden Verstand und lebhaften Witz geschlossen; warum sollte ein solches Urtheil nicht auch auf mich angewendet werden, da ich, zehn Jahr älter als Jener, ein Lustspiel herausgegeben habe? — Und, — fährt er fort, — damit mein Vergnügen im Alter vollkommen werde, so sehe ich, wie ich in der Reihe meiner Nachkommen gewissermaßen beständig fortlebe. Ich finde zu Hause elf Kindeskinder von einem Stamme, alle frisch und gesund, und so viel man sieht, zu Wissenschaften und guten Sitten fähig und geschickt. Ich ergötze mich an ihrem Gesange und ihrer guten Aufführung, und da ich jetzt eine so helle Stimme habe, wie nie zuvor, so pflege ich oft selbst einzustimmen."

Bewunderung aber erregt es, wenn ein Greis von drei und achtzig Jahren den Muth haben kann, also zu reden: „Mich schrecket keine Furcht vor Krankheit, weil ich versichert bin, daß die Ursachen, aus denen Krankheiten entstehen, durch ein nüchternes, mäßiges Leben, als das beste Vorbauungsmittel, gehoben werden." — Oder: — „Mein Ziel des Lebens ist mir noch nicht gesetzt! denn ich bin überzeugt, daß ich, wenn ich Zufälle des Ungefährs ausnehme, auf kei-

keine andere Art sterben werde, als bis sich die Natur selbst auflöst, weil ich durch meine Lebensordnung dem Tode alle übrigen Zugänge zu mir versperrt habe. Dieß ist gewiß die glücklichste und wünschenswürdigste Art des Todes, wo die Natur sich gleichsam selbst auflöst, und dieses Lebens müde ist. Denn so wie sie die Bande unsers Lebens geknüpft hat, so knüpft sie sie auch wieder auf, langsam, sanft und leicht." — Ein solcher natürlicher Tod, — meynt der glückliche Greis, — komme nur nach einer langen Lebenszeit, nur nach vorhergegangener ausnehmender Schwäche der Lebenskräfte, wo der Mensch nur nach und nach und in langer Zeit endlich in einen Zustand gerathe, wo er nicht mehr sehen, hören, gehen und stehen, auch seinen Verstand nur mit großer Mühe gebrauchen könne. Mit diesem Bilde natürlicher Hinfälligkeit vergleicht sich Cornaro in seinem Alter und setzt dreust hinzu: „Von allen diesen Beschwerden bin ich, wie ich wohl sehe, durch Gottes Gnade noch weit entfernt und glaube, daß meine Seele, die mit meinem Körper noch in der besten Uebereinstimmung sich befindet, und sowohl die Säfte des Körpers als auch Sinne und Vernunft in voller Thätigkeit erhält, ihre Hütte sobald noch nicht, vielmehr nach vielen Jahren erst, verlassen werde. Ich glaube daher, den gewissen Schluß machen zu kön-

können, daß ich noch viele Jahre gesund leben und die Reize dieser Welt genießen werde!

Diese Prophezeihung traf richtig ein. Im sechs und achtzigsten Jahre schrieb er einen zweiten Theil seiner Schrift, im ein und neunzigsten einen dritten, und einen vierten, indem er eben beinahe am Ende seines Jahrhunderts sich befand, das er aber noch um vier Jahr überlebte. Die letzte Abhandlung trägt so gut wie die erste die Spuren der Geistesmunterkeit und der vollen Besinnungskraft an sich, und bezeuget die ununterbrochene Heiterkeit und Kraft des glücklichen Alten. Es ist herrlich und rührend, wenn er in dieser letzten Abhandlung in einer Stelle mit wahrer echter Erhabenheit sagt: „Was einen Anfang gehabt hat, muß nothwendig auch ein Ende haben. Allein der Mensch muß sein Leben durch einen natürlichen Tod endigen, das ist, ohne alle Qual, — so wie man mich wird sterben sehen, wenn mein Lebenslicht sich verzehrt.

Ein solcher Zeuge, der eine gute Sache, nicht bloß mit Vernunftgründen, annehmlich machen will, sondern ihre Wahrheit durch eigenes großes Beispiel bestätiget, — ein solcher Zeuge, der, indem er die Glückseligkeit, die durch Gehorsam gegen Vernunft und Natur erlangt wird, predi-

diget, immer auf sich selbst hinweist, — der sollte wohl billig vor allen andern gehört werden. Allein, — man denke, wie erfinderisch der Mensch ist, wenn es darauf ankommt, Wollust, Thorheit und Unvernunft zu vertheidigen! — Dem guten Cornaro wurden, theils bei seinem Leben, theils noch immer nach seinem Tode, seine gepredigten Wahrheiten, entweder nicht geglaubt, oder zum wenigsten unterließ man nicht, ihm, wie man glaubte, mächtige Einwürfe gegen den Hauptsatz seines Evangeliums, daß nehmlich die Mäßigkeit allein seines hohen Alters, seiner Heiterkeit und seiner allen Zufällen trotzenden Gesundheit Schöpferin sey, zu machen. Man sagte: dieser wunderbare Greis gehört vielleicht zu den wenigen Menschen, die mit einer gewissen Anlage zur Unverwüstlichkeit gleich auf die Welt kommen! Solche Menschen können nicht zur Regel dienen, sie sind vielmehr Ausnahmen von der Regel! — Cornaro giebt ihnen in so weit Recht, daß er zugesteht: es gäbe Menschen, die gleichsam schon von ihrer Geburt an wieder absterben, und vermöge ihrer zu großen Schwächlichkeit kein hohes Alter erreichen können; ohne aber zu untersuchen, woher dieß komme, erklärt er es, und das mit Recht, für eine Abweichung von der Natur. Denn, sagt er, es ist nicht wahrscheinlich, daß die Natur, diese allgemeine Mutter aller

ler Menschen, nur einige unter ihren Kindern lieben, und die andern hassen sollte! — Er giebt ferner zu, daß diejenigen, die mit einer starken Natur geboren werden, die größte Fähigkeit in sich selbst tragen, ein hohes Alter zu erreichen. Von dieser Art sind alle die, die wir alt werden sehen; aber, sagt er, indem er einen Blick auf diesen Alten wirft, — wenn sie nun auch alt sind, so sind sie zugleich siech und hinfällig! — ich, in meinem fünf und neunzigsten Jahre, lebe noch frisch und gesund, bin so fröhlich und vergnügt, als ob ich erst fünf und zwanzig Jahre alt wäre! — Menschen von starker Natur, — fährt er fort, — würden, wenn sie so lebten, als ich, wenigstens mein Alter erreichen, ja, sie würden wohl hundert und zwanzig Jahre erleben. Hätte ich ein so starkes Temperament gehabt, so würde ich gar nicht zweifeln, ein solches Alter zu erreichen. Weil ich aber schwächlich geboren bin, so habe ich keine Hoffnung, daß ich viel länger als mein Jahrhundert leben werde! — Das heißt denn doch wohl: eine kühne Hoffnung sehr bescheiden ausdrükken! — Alle, setzt er hinzu, die keine stärkere Natur, als ich, haben, können durch ein so mäßiges Leben, wie das meinige, einerlei Lauf mit mir vollenden! — Nimmt man zu diesem Geständnisse des alten Mannes, daß er nichts weniger als stark gebo-

ren

ren sey, noch das dazu, daß er bis in sein vierzigstes Jahr ein Verderber seiner selbst war, so muß man ihn eher zu den schwächlichsten Menschen rechnen, als daß man von ihm sagen könnte, er habe sein langes Leben mehr seiner Unverwüstlichkeit als seiner Mäßigkeit zu danken.

Man hat, um nur der Mäßigkeit nicht die Ehre zu geben, ferner eingewendet: Es sey kein Wunder, wenn ein Cornaro beständig heiter und vergnügt leben konnte, da er ein reicher Mann war, da er seine Tage in einer frohen reizenden Gegend, auf einem schönen Rittergute zubringen, und alle seine Wünsche ohne Mühe erfüllen konnte, da ihn Sorgen der Nahrung nicht verfolgten, kein Verdruß seine Kräfte untergrub und er wahrscheinlich, theils von Natur, theils seiner Glücksumstände wegen, allen Gram in den Wind schlagen konnte.

Aber auch diese Einwürfe sind theils falsch, theils von weniger Bedeutung, und Cornaro hat selbst darauf geantwortet. Es ist, um mäßig seyn zu können, nicht erforderlich, daß man reich sey. Der Unbegüterte hat vielmehr die Mäßigkeit mehr in seiner Gewalt als der Reiche. Wer mäßig ist, der kann ja darum nicht mißvergnügt seyn, weil ihm das Vermögen gebricht, unmäßig leben

zu

zu können. Wer darüber unzufrieden ist, daß er aus Mangel des Reichthums nicht alle Begierden befriedigen kann, der ist ja ein Unmäßiger, und kann darüber gar nicht reden, ob die Mäßigkeit ein Glück sey. Alle Klagen in der Welt über ungleiche Vertheilung irdischer Güter haben ihren Grund in der Unmäßigkeit, in der thörigten Vorstellung, daß zum Wohlseyn und vergnügtem Leben die Befriedigung aller Lüste nothwendig sey. Die Welt kann aber nie so umgeändert werden, daß Jeder so viel als der Andere hätte. Ein solcher Zustand der Welt könnte höchstens nur Einen Tag dauern, und am andern Tage würden die Klügsten, die Mäßigsten gewiß, und die Stärksten wahrscheinlich wieder das Mehrste haben. Der Reiche hat vor dem Unbegüterten schlechterdings keinen Vortheil voraus, wodurch er heiterer leben könnte. Die Erfüllung aller Wünsche bringt die Glückseligkeit eines Menschen bald zum Ende, und Ekel und Ueberdruß folgen auf dem Fuße nach. Kann ein Mensch alle seine natürlichen Wünsche leicht erfüllen, und geht er bei dieser Erfüllung nicht vorsichtig zu Werke, das heißt, ist er nicht mäßig, behält er nicht immer noch einige unerfüllte Wünsche zurück, so muß er sich immer neue Wünsche und Bedürfnisse erkünsteln, und wenn man dann endlich die ungeheuere Zahl von Dingen,

die ein solcher Mensch zu seiner Zufriedenheit nöthig zu haben glaubt, übersieht, so muß man erstaunen. Unbegüterte Menschen, die ihrer Vernunft weniger folgen, als ihren thörigten Einbildungen, glauben dann auch, daß aller jener Schwall von Dingen, womit sich reiche Unvernünftige belasten, schlechterdings zur Glückseeligkeit nöthig sey. Ein Thor läßt sich durch das Beispiel anderer Thoren verführen, und der Reiche darunter ist eben so mißvergnügt, wie der Arme. Unsern Cornaro machte keinesweges der Reichthum so munter und vergnügt. Er war eher zu dieser beständigen Heiterkeit des Geistes gelangt, ehe er reich geworden war. Er sagt selbst, daß ihn das unbeständige Glück in seiner Jugend großer Güter beraubt habe, und daß er es bloß seinem Fleiße und seiner Ehrlichkeit verdanken dürfe, wenn er seinen Erben mehr hinterlassen könne, als er selbst einst gehabt habe. Seinen Reichthum wandte er ja auch gar nicht dazu an, um die Lüste seiner Zunge zu befriedigen; er lebte ja so, als ob er gar nicht reich gewesen wäre. Seine Speisen kann jeder fleißige arbeitsame Mensch eben so gut haben. Satt kann sich jeder essen, wenn er nur nicht verlangt, sich immer zu übereſſen und immer das Beste zu haben; dazu ist die Welt nicht eingerichtet. Bin ich nicht glücklich, fragt Cornaro, daß

ich

ich mehr Geschmack und Vergnügen an einem Stücke trocknen Brodtes finde, als jene wollüstigen Menschen an den ausgewähltesten Leckereien? — Allerdings sehr glücklich! — Man bedenke zugleich, wie viel auch selbst ein unbegüterter Mensch, wenn er mäßig im Essen und Trinken, wenn er die Freuden der Zunge für die geringsten unter den übrigen Freuden des Lebens hält, — wie viel er Mittel übrig behält, tausend andere Bedürfnisse leicht und ohne Mühe zu befriedigen! wie leicht es ihm werden kann, besonders wenn er fleißig und arbeitsam und klug ist, sich eine große Anzahl von Freuden und dauerhaftern Vergnügung zu verschaffen, die der zehnmal Reichere oft entbehren muß, bloß weil er den unedlen Bedürfnissen seines Gaumens nichts versagen, nichts entziehen kann und will. Für einen im Essen und Trinken mäßigen, arbeitsamen und klugen Menschen ist es die leichteste Sache von der Welt, ein in jedem Betrachte glücklicher Mensch zu seyn; noch dazu, da ihn seine Mäßigkeit fähig macht, weit mehr aus allen Dingen Vergnügen zu ziehen, und jede Freude viel stärker zu empfinden, als der unmäßige, der nie von selbst heiter ist, sondern immer viele Anstalten nöthig hat, um es zu werden.

In einer angenehmen Gegend und im Schooße der reinen Natur wohnen zu können, wie Cornaro, ist ein großes Hülfsmittel zur Freude des Lebens, — aber bloß für den, der Essen und Trinken für die geringeren Lebensfreuden achtet. Denn man setze doch einen Menschen, dem der Bauch sein Gott ist, in ein Paradies; er wird die unausstehlichste Langeweile darin haben, wenn er nicht zechen und schlemmen kann; und wenn in seinem Hause nur ein reicher köstlicher Tisch gedeckt wird, so mag seinetwegen die ganze Natur um ihn her eine kahle arabische Wüste oder ein reizender Park seyn, ihm ist es gleichgültig, oder vielmehr es ist ihm nirgends recht, nirgends ganz nach Wunsch. Man hört dergleichen Leute oft sagen: es sey ihnen unmöglich, hier oder da zu wohnen, weil es ihnen zu einsam, zu niedrig, zu hoch, und wer weiß sonst noch was ist. Könnten sie darthun, daß ihre Art zu wohnen wirklich sie glücklich mache, so hätten ihre Worte doch noch Sinn, da sie aber dieß nur selten angeben, oder es nur auf eine Art können, die ihre Eitelkeit an den Tag legt, so sind ihre Worte blos Papagaiengeschwätz. Ein mäßiger Mensch wird durch die Art, wie er wohnen muß, nicht erst heiter gemacht, er ist es durch seine Mäßigkeit schon vorher, und weiß sich in jeder Lage glücklich zu machen. Ein auf-

fal-

fallendes Beispiel geben uns Leute, die gezwungen sind, mäßig zu seyn, und in Wohnungen leben, die jedermann als das Grab der Freude verabscheuet. Ich meyne die Gefangenen, die in ihren düstern Kerkern nicht allein oft einer beständigen ruhigen Heiterkeit, sondern auch einer ununterbrochenen Gesundheit genießen, und oft ein hohes Alter darin erreichen.

Eben so grundlos ist der Einwurf: daß unser Cornaro nicht von Nahrungssorgen und anderen Verdrüßlichkeiten sich hätte quälen lassen dürfen. Wie kann ein mäßiger Mensch, der selbst durch seine Mäßigkeit lustig und geschickt zur Arbeit ist, wie kann der Nahrungssorgen haben? So viel, als er bedarf, kann er in jeder Stunde sich erwerben, ohne im geringsten darüber verlegen zu seyn, ohne irgend eines Menschen Gnade nöthig zu haben. Nur der Unmäßige wird von diesen Sorgen gepeiniget, er sey nun reich oder arm. Er ist sich nie selbst genug, und kann ohne die Hülfe anderer Menschen niemals fertig werden. Der Gedanke, heute oder morgen dieses oder jenes Essen, dieses oder jenes Getränk entbehren müssen, ist ihm oft so fürchterlich, wie der Tod, manche sind im Stande, ihre Kinder und ein ganzes Haus unglücklich zu machen, ehe sie sich überwinden sollten, ihren Wein, ihren Branntwein, ihren Kaffee zu lassen, oder nur

den

den Kaffee ohne Zucker zu trinken. Der Unmäßige ist ewiger Sklav, der Mäßige ein wahrer Freiherr, der über alle Zufälligkeiten hoch erhaben und unangetastet steh . kann.

Ohne Verdruß ist kein Mensch, der unter Menschen lebt, und gerade die Reichen haben oft den mehresten. Auch Cornaro war nichts weniger als ein Gott, der sich über alle Folgen menschlicher Verbindungen hätte erheben können. Er saß nicht im Lehnstuhle hinter den Ofen, und hatte keine Leibwache um sich her, die jede Verdrießlichkeit hätte zurückscheuchen können. „Ich habe, sagt er, sehr oft Kälte und Hitze und andere dergleichen Beschwerden, oft auch nicht geringe Bekümmernisse ausgehalten; aber alles dieses hat mir wenig geschadet, da es doch bei andern, die nicht mäßig lebten, von großem Nachtheile war. Mein Bruder und einige von meiner Familie als sie sahen, daß ich mit einigen bedeutenden Personen in einen wichtigen Rechtshandel verwickelt war, und da sie in dieser Sache einen schlechten Ausgang für mich vermutheten, wurden sie durch ihre schwarze Galle, die gemeiniglich in übermäßig genährten Körpern Statt findet, in eine Krankheit gestürzt, die bald so bösartig wurde, daß sie vor der Zeit dahin sterben mußten. Ich hingegen, dem der Handel am mehrsten hätte zu Herzen gehen sollen, erfuhr kein

kein sonderliches Ungemach davon, weil schwarzgalligte Säfte bei mir keine Freistatt fanden."

Wenn man aber glaubt, daß überhaupt diese Fähigkeit, ohne Nachtheil Verdruß ausstehen zu können, bei unserm Cornaro nicht, wie er sagt, aus seiner Mäßigkeit, sondern vielmehr aus einem gewissen flatterhaften Leichtsinn, der über alle Schicksale leichtfertig hinwegschlüpft, geflossen sey, so höre man, was er von seinem angebornen Temperamente selbst sagt: — „Ich bin sehr gallenreich geboren, und deßhalb eigentlich sehr zum Zorne geneigt. Einst wurde ich durch die kleinste Ursach entrüstet; ich war gegen jedermann bitter, und zeigte einen gewissen Eigenwillen, eine gewisse Widersacherey, daß viele gute Menschen meinen Umgang deßhalb vermieden. Ich merkte aber den Schaden, den ich mir selbst zufügte, und lernte einsehen, daß der Zorn zu den wahresten und unsinnigen Thorheiten gehöre, daß er unsern Verstand in Unordnung bringe, so, daß wir uns selbst vergessen, und daß der Unterschied zwischen einem Zornigen und einem rasenden Wahnwitzigen bloß darin bestehe, daß der letztere seinen Verstand fortdauernd, jener aber nur auf kurze Zeit verloren hat. Mäßiges Leben hat mich von dieser Thorheit errettet, und ich bin durch dessen Beihülfe so gelassen und sanftmüthig geworden, und habe jene

Nei-

Neigung so sehr überwunden, daß man nicht mehr bemerkt, daß sie mir angeboren ist." — Nichts weniger also war Cornaro, als ein fühlloser stumpfer Phlegmatikus, und seine Zornlosigkeit war keine Wirkung träger Nerven und Säfte, sondern es war wahre, durch Mäßigkeit und Oberherrschaft über seine Sinnlichkeit errungene, Tugend.

Einige haben an den Lehren des guten Alten noch auszusetzen, daß er gar keine eigentliche bestimmte Vorschrift gegeben habe von dem, was man essen und was man nicht essen solle, was eigentlich schädlich, und was der Gesundheit zuträglich, und besonders zu einem langen Leben beförderlich sey. Diese Leutchen spähen immer nur nach Geheimnissen, und können sich nicht einbilden, daß ein solcher Rath, der weiter nichts als gesunde Vernunft und gar kein Wundermittelchen enthält, reine Wahrit seyn könne. Sie glauben immer, der schlaue Alte sey so eine Art von Weisensteinmacher, der sie nur mit seinen windigen Vorschlägen zum Besten habe, und das eigentliche Lebens-Geheimniß verschweige. Ich kann ihnen nichts besser empfehlen, als das Büchlein des alten vernünftigen Mannes ganz und mit Bedacht durchzulesen. (Ich glaubte, etwas Gutes und Nützliches zu thun, wenn

wenn ich es bald, neu übersetzt und mit Anmerkungen, herausgäbe. Es schickt sich dieses Büchlein weit besser in jede häusliche Büchersammlung und auf jeden Putz- und Nachttisch, (als Grekourt, Rost und Consorten.) — Sie werden finden, daß der würdige Greis viel zu vernünftig war, um solche Vorschriften, wie sie verlangen, zu geben, daß er vielmehr warnet, seine Lebensregel nicht zur allgemeinen Richtschnur anzunehmen, indem der Eine dieß und der Andere jenes besser oder weniger vertragen könne. Er überläßt, wie billig, in Absicht der Art der Speisen, das Urtheil dem Magen eines jeden selbst; nur Mäßigkeit, auch in den unschädlichsten Nahrungsmitteln, ist die Hauptsache, die er empfiehlt, und deren Vortrefflichkeit mit seinem Wohlseyn kräftig bestätiget. Uebrigens war er kein Arzt, er lebte aus dem funfzehnten ins sechszehnte Jahrhundert; — eigentliche Entwickelung über natürliche Schädlichkeit dieses oder jenes Nahrungsmittels kann man daher von ihm nicht erwarten; — und den Kaffee, den Thee, den Branntewein kannte er selbst damals noch nicht, so wenig als ihre fürchterliche Zerstörungen, die sie in der Natur des Menschengeschlechtes angerichtet haben.

Vorzüglich wünschte ich, daß diejenigen, die sich in soweit vernünftig betragen, daß sie ein-

sehen; die Mäßigkeit könne ihnen in ihren mancherlei Leiden Hülfe schaffen, — ich wünschte, sage ich, daß sie durch eine so bedeutende Stimme, durch ein so vollgültiges Zeugniß eines Mannes, der in seinem fünf und neunzigsten Jahre sagen konnte: ich komme mir vor, wie ein fünf und zwanzigjähriger Jüngling! — bewogen würden, nicht halb, sondern ganz vernünftig zu seyn, und eine Unart abzulegen, wodurch ihre versuchte Mäßigkeit völlig zu nichts wird. Die mehresten von diesen nehmlich, wenn sie auch die Nothwendigkeit der Mäßigkeit einsehen, meynen, schon Viel, schon Alles gethan zu haben, wenn sie acht, vierzehn Tage, oder wenn es hoch kommt, vier Wochen so dabei aushalten, und nun glauben, einen vollen Ablaß und Freizettel erhalten zu haben, worauf sie ferner ungestraft losündigen können. Eine solche Mäßigkeit ist gar keine, es giebt weder halbe noch Viertelstugenden. Wie kann man von einer so oberflächlichen und sobald geendigten Uebung etwas Gutes erwarten? Wie kann ein schwächlicher Mensch hoffen, dadurch stark zu werden, wenn er einmal ein paar Tage arbeitet, und dann sich wieder auf die Bärenhaut legt? — Jene besonders, für die eigentlich gegenwärtiges Büchlein geschrieben ist, — die unter dem allgemeinen Verderben ihres Magens an dem peinigenden Ma-

gen-

genkrampfe leiden, erinnere ich nochmals, daß sie von einer solchen halben Mäßigkeit gar keinen, von einer vollständigen aber allen Vortheil und ihre gänzliche Genesung zu erwarten haben. Cornaro litt, wie ich erzählt habe, einst auch am Magenkrampfe, und seiner Mäßigkeit allein wich das böse Uebel. Nicht allein dieß mögen sie sich merken, sondern auch besonders noch dieses: daß sie sich nicht anders betrachten dürfen, als sich Cornaro betrachtete; als schwächlich, und mit zu Grunde gerichteter Gesundheit; und daß sie eben das fast immer zu erwarten haben, was er von sich selbst erzählt. Er war nehmlich schon acht und siebenzig Jahr alt, als er sich, besonders durch die von unüberlegter Liebe seiner Familie herrührenden Bitten, bewegen ließ, sein gewöhnliches Maaß der Lebensmittel, das täglich überhaupt drei Viertelpfund betrug, um etwas zu vergrößern, weil man glaubte, daß dieß nicht hinreiche, ihn bei Kräften zu erhalten. Seine Nachgiebigkeit bekam ihm aber sehr übel; denn kaum hatte er zehn Tage seine vorige Lebensordnung verlassen, als aus dem fröhlichen heitern Manne ein schwermüthiger Krittler wurde, dem alles verdrießlich und zuwider war, und der mit sich selbst unzufrieden lebte. Zwei Tage darauf bekam er Seitenstechen, und ein starkes hitziges Fieber, woran

er über einen Monat litt. Man erwartete seinen Tod, und er gesteht, daß er es bloß der durch seine Mäßigkeit schon erlangten guten Natur zuschreibe, daß ihn eine so heftige Krankheit nicht ins Grab gestürzt habe. Er war natürlich klug genug, nie zur Unzeit wieder nachgiebig zu seyn, und seine ihm so nöthige Lebensordnung nie von neuem zu überschreiten. Einem ungeschwächten Menschen würde, wie er selbst sagt, eine so geringe Abweichung von der einmal angenommenen Regel nicht geschadet haben; er aber war ein geschwächter Mann, wie alle diejenigen auch sind, die am Magenkrampfe leiden, und die daher eben so vorsichtig verfahren, eben so sehr bei der ihnen zuträglichsten Lebensordnung bleiben müssen, wenn sie nicht immer alte Schuld bezahlen wollen. Es ist kein Unglück, bei dem standhaft zu bleiben, was unser Wohl so sichtbar befördert; nur, wie Cornaro selbst bekennt, der Anfang der Rückkehr ist für den armen verirrten Menschen etwas schwer. „Es ist wahr, sagt der alte Mann, ich habe es nicht ohne Mühe dahin gebracht, daß ich dem Wohlleben den Dienst aufsagte! aber ich setzte meine Gedanken fest darauf, daß man ein auch noch so schweres Unternehmen doch glücklich vollenden könne, wenn man nur immer die Hindernisse, die sich entgegenstellen, hinwegräumt. Also überwand ich meine

bösen Gewohnheiten, und nahm bessere an, so daß ich jetzt strenger und mäßiger wurde, als ich einst locker und unmäßig war.“ — Selbst jene Anstrengung, die die Rückkehr zur Vernunft und Natur anfänglich kostet, wird bald belohnt, und ist in kurzer Zeit keine Anstrengung mehr. Wer erst einige Zeit mäßig gelebt hat, hat nicht mehr nöthig, gegen Unmäßigkeit zu kämpfen. Seine Vernunft ist durch die Mäßigkeit selbst zu stark und wach geworden, und das Gefühl des Glückes, das die Mäßigkeit verschafft, ist viel zu süß, und süßer, als die Lockungen der Unmäßigkeit. So schwer es war, aus dem Gewühle der Unmäßigkeit sich in die schöne geebnete Bahn der Ordnung und Mäßigkeit hinauf zu arbeiten, eben so schwer, ja noch viel schwerer, ist es dem Mäßigen, seinen errungenen Himmel zu verlassen.